زندگی آسان ہے

بلوغت کے مسائل

اسلام اور میڈیکل سائنس کی روشنی میں

ڈاکٹر رانا عامر دیوان

سعدیہ عامر دیوان

دار السلام
DARUSSALAM

زندگی آسان ہے

بلوغت کے مسائل

اسلام اور جدید میڈیکل سائنس کی روشنی میں مکمل رہنمائی

تالیف

اُمِّ عبداللہ سعدیہ عامر دیوان

میڈیکل مشاورت

ڈاکٹر رانا عامر دیوان

ایسوسی ایٹ پروفیسر کمیونٹی میڈیسن ساہیوال میڈیکل کالج

جملہ حقوق اشاعت برائے دارالسلام محفوظ ہیں

دارالسلام
کتاب و سنت کی اشاعت کا عالمی ادارہ

سعودی عرب (ہیڈ آفس)

پرنس عبدالعزیز بن جلاوی سٹریٹ پوسٹ بکس: 22743 الریاض: 11416 سعودی عرب
فون: 4033962-4043432 1 00966 فیکس: 4021659 www.darussalamksa.com
Email: darussalam@awalnet.net.sa info@darussalamksa.com

الریاض • العلیا فون: 00966 1 4614483 فیکس: 4644945 • الملز فون: 00966 1 4735220 فیکس: 4735221
• سویدی فون: 00966 1 4286641 • سویلم فون/فیکس: 00966 1 2860422
جدہ فون: 00966 2 6879254 فیکس: 6336270 مدینہ منورہ فون: 00966 4 8234446,8230038 فیکس: 04 8151121
الخبر فون: 00966 3 8692900 فیکس: 00966 3 8691551 خمیس مشیط فون/فیکس: 00966 7 2207055
ینبع البحر فون: 0500887341 فیکس: 8691551 قصیم (بریدہ) فون: 0503417156 فیکس: 00966 6 3696124

امریکہ • نیویارک فون: 001 718 625 5925 • ہیوسٹن: 001 713 722 0419 کینیڈا • نصیر الدین الخطاب فون: 001 416 4186619
لندن • دارالسلام انٹرنیشنل پبلیکیشنز لمیٹڈ فون: 0044 20 77252246-0044 20 85394885 • دارالسلام انٹرنیشنل: 0044 0121 7739309
متحدہ عرب امارات • شارجہ فون: 00971 6 5632623 فیکس: 5632624 فرانس فون: 0033 01 480 52928 فیکس: 0033 01 480 52997
انڈیا • دارالسلام چنائی فون: 0091 44 45566249 موبائل: 0091 98841 12041 • اسلامک بک انٹرنیشنل فون: 0091 22 2373 4180
• نیو بک سنٹر حیدرآباد فون: 0091 40 2451 4892 موبائل: 0091 98493 30850 • ایم اے بک انٹرپرائزز فون: 0091 44 42157847
سری لنکا • دارالکتب فون: 0094 115 358712 • دارالایمان ٹرسٹ فون: 0094 114 2669197

پاکستان ہیڈ آفس و مرکزی شوروم

36- لوئر مال، سیکرٹریٹ سٹاپ، لاہور
فون: 0092 42 373 240 34, 372 400 24, 372 324 00 فیکس: 042 373 540 72
www.darussalampk.com
اردو بازار: غزنی سٹریٹ، اردو بازار لاہور فون: 0092 42 371 200 54 فیکس: 042 373 207 03
ڈیفنس: Y بلاک، گول کمرشل مارکیٹ، دکان: 2 (گراؤنڈ فلور)، ڈیفنس، لاہور فون: 0092 42 356 926 10
گلبرگ: دکان نمبر 2، گراؤنڈ فلور، پک سٹی پلازہ لبرٹی گول چکر گلبرگ III لاہور فون: 0092 42 357 738 50

کراچی مین طارق روڈ، ڈالمن مال سے (بہادر آباد کی طرف) دوسری گلی، کراچی فون: 0092 21 343 939 36 فیکس: 0092 21 343 939 37
اسلام آباد F-8 مرکز، ایوب مارکیٹ، شاہ زیب سنٹر فون: 0092 51 228 15 13 islamabad@darussalampk.com
ملتان 995- انکم ٹیکس آفیسر کالونی، بوسن روڈ، ملتان فون: 0092 61 622 00 24
فیصل آباد کوہ نور سٹی (پلاٹ نمبر 1، مکان نمبر 15) 2 جڑانوالہ روڈ، فیصل آباد فون: 0092 41 850 19 44

بسم اللہ الرحمن الرحیم

اللہ کے نام سے (شروع) جو نہایت مہربان بہت رحم کرنے والا ہے۔

© مكتبة دار السلام ١٤٣٨ هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
ديوان رانا عامر
مسائل البلوغ/ اردو. / رانا عامر ديوان ؛ سعديه عامر ديوان - الرياض: ١٤٣٨ هـ
ص:٢٤٠ مقاس: ١٤×٢١ سم
ردمك: ٦-٤٠٤-٥٠٠٠-٦٠٣-٩٧٨
١ - الفقه الاسلامي أ. ديوان سعدية عامر (مؤلف مشارك) ب. العنوان
ديوي ٢٥٨ ١٤٣٨/٣٢٣٠

رقم الإيداع: ١٤٣٨/٣٢٣٠
ردمك: ٦-٤٠٤-٥٠٠٠-٦٠٣-٩٧٨

مضامین

عرضِ ناشر ___ 20
اظہارِ تشکر ___ 24
انتساب ___ 26
باب اول ___ بلوغت اور والدین کا کردار ___ 27
۞ بلوغت ___ 27
۞ بلوغت اور والدین کا کردار ___ 27
۞ والدین کی ذمہ داریاں ___ 28
۞ بچوں کے سوالات کا تسلی بخش جواب دیں ___ 29
۞ عمر کے مطابق رہنمائی ___ 31
۞ بچوں کی تربیت ___ 34
۞ بچوں کا جنسی استحصال ___ 37
۞ جنسی استحصال کیا ہے؟ ___ 37
۞ بچوں کے جنسی استحصال کی اقسام ___ 37
۞ جنسی استحصال کون کرتا ہے؟ ___ 38

- کس عمر کے بچے کا جنسی استحصال کیا جاسکتا ہے؟ ____ 39
- جنسی استحصال کے نتائج ____ 39
- جنسی استحصال کی وجوہات ____ 40
- کسی فرد کا مشکوک رویہ ____ 41
- جنسی استحصال کی علامات ____ 42
- علامات کی اقسام ____ 43
- رویے میں تبدیلی ____ 43
- جسمانی علامات ____ 44
- جنسی استحصال کی علامات محسوس کریں تو؟ ____ 45
- اگر بچہ جنسی استحصال کا شکار ہو؟ ____ 46
- جنسی استحصال سے بچاؤ کے اقدامات ____ 48
- حرف آخر ____ 51

باب دوم ____ بلوغت اور اس کے مسائل ____ 52

- بلوغت کے نفسیاتی اثرات ____ 52
- بلوغت کے بارے میں رہنمائی سینٹر ____ 54
- لڑکیوں میں بلوغت ____ 55
- احتیاط ____ 58
- عورت کا تولیدی نظام ____ 59
- ماہواری کا نظام ____ 59
- ماہواری کا چکر ____ 60

- ماہواری کے مسائل ____ 60
- ماہواری ختم ہونے کی علامات ____ 62
- ماہواری اور صفائی ____ 63
- حیض کے اسلامی احکام ____ 64
- نماز اور روزہ ____ 64
- حائضہ اور قرآن پاک کی تلاوت ____ 65
- حائضہ کے ساتھ کھانا پینا ____ 65
- حائضہ اور مسجد ____ 66
- حائضہ اور عیدگاہ ____ 66
- حیض کے دوران میں استعمال ہونے والا لباس ____ 67
- حیض اور مباشرت ____ 67
- غسل سے قبل مباشرت ____ 68
- غسل حیض فرض ہے ____ 68
- داغ لگنا ____ 69
- حمل دوران میں خون ____ 69
- اندام نہانی سے پانی کا اخراج، لیکوریا ____ 69
- اخراج کیوں ہوتا ہے؟ ____ 69
- ماہواری اور اس کے اثرات ____ 70
- بلوغت کے بعد اخراج ____ 70
- حمل کے دوران میں اخراج ____ 70

- اخراج میں غیر معمولی تبدیلی ____ 70
- لیکوریا اور نماز ____ 71
- ماہواری میں بے قاعدگی اور خون کا زیادہ اخراج یا استحاضہ ____ 72
- ماہواری میں بے قاعدگی اور بلوغت کا آغاز ____ 72
- ماہواری میں بے قاعدگی کی دیگر وجوہات ____ 72
- ماہواری کے خون کی مقدار ____ 73
- ماہواری میں پیچیدگی (استحاضہ) کی علامات ____ 74
- استحاضہ کے اسلامی احکام ____ 74
- استحاضہ اور نماز ____ 74
- کنواری لڑکی کو شروع سے استحاضہ کی شکایت ہو؟ ____ 75
- چھاتیوں کا معاینہ ____ 76
- لڑکوں میں بلوغت ____ 77
- مردانہ تولیدی نظام ____ 79
- مرد کے تولیدی اعضاء ____ 79
- منی ____ 80
- منی کے رنگ میں تبدیلی ____ 81
- منی میں خون اور پیپ آنا ____ 81
- منی کی مقدار میں اچانک کمی ____ 82
- منی کے اسلامی احکام ____ 82
- اگر کپڑے پر منی لگ جائے ____ 82

- مذی ____ 82
- جریانِ منی یا جریان ____ 83
- مذی، منی اور ودی میں فرق ____ 83
- اخراجِ مذی کی وجوہات ____ 84
- مذی اور حمل ____ 84
- مذی کے اسلامی احکام ____ 85
- مذی کے اخراج سے وضو ____ 85
- اگر کپڑے پر مذی لگ جائے؟ ____ 85
- مذی اور نماز ____ 85
- کیا جریان ایک بیماری ہے؟ ____ 86
- ورزش ____ 86
- احتلام ____ 87
- احتلام کیوں ہوتا ہے؟ ____ 88
- کیا احتلام ایک بیماری ہے؟ ____ 88
- احتلام کی تعداد ____ 88
- عورتوں میں احتلام ____ 89
- عورتوں میں احتلام کی پہچان ____ 90
- کیا احتلام گناہ کا باعث ہے؟ ____ 91
- اگر آپ کو احتلام ہو جائے ____ 92
- اگر کپڑے پر منی لگ جائے؟ ____ 92

- کیا احتلام سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے؟ ـــــ 92
- والدین کا کردار ـــــ 93
- خودلذتی (مشت زنی) ـــــ 94
- ہیجان ـــــ 94
- مردوں میں خودلذتی ـــــ 94
- عورتوں میں خودلذتی ـــــ 94
- خودلذتی کیوں کی جاتی ہے؟ ـــــ 95
- کیا خودلذتی طبی طور پر نقصان دہ ہے؟ ـــــ 96
- خودلذتی کی شرعی حیثیت ـــــ 96
- خودلذتی چھوڑنا ـــــ 97
- بچے کی نامکمل جنس ـــــ 98
- صحت منداور نارمل بچہ ـــــ 98
- صحت مند بچے کے ساتھ مسائل ـــــ 99
- ابنارمل بچہ ـــــ 100
- ایسا کیوں ہوتا ہے؟ ـــــ 101
- نقائص کی اقسام ـــــ 102
- ٹیسٹ کا طریقہ کار ـــــ 103
- علاج کا طریقہ کار ـــــ 103
- بچے کی صحیح جنس کی تشخیص کے بعد ـــــ 104
- بچے کی تعلیم وتربیت ـــــ 105

- مخنث کے متعلق اسلامی احکام ـــــ 106
- خواجہ سرا اور فرائض ـــــ 107
- خواجہ سرا اور وراثت ـــــ 107
- ہم جنس پرستی ـــــ 107
- ہم جنس پرستی کی اقسام ـــــ 108
- وجوہات ـــــ 109
- والدین کا کردار ـــــ 109
- اسلام اور ہم جنس پرستی ـــــ 110
- مردوں اور عورتوں کے پوشیدہ امراض ـــــ 111
- پوشیدہ امراض کی پیچیدگیاں ـــــ 112
- پوشیدہ امراض کی علامات ـــــ 113
- حمل اور پوشیدہ امراض ـــــ 113
- آتشک ـــــ 114
- سوزاک ـــــ 115
- پوشیدہ اعضاء کی ہر پیز ـــــ 116
- اعضائے مخصوصہ کے مسے ـــــ 117

باب سوم ـــــ ازدواجی تعلقات (نکاح) ـــــ 118

- نکاح کے مقاصد ـــــ 118
- عورت کا تحفظ ـــــ 120
- حق مہر ـــــ 120

- شرعی حق مہر ____ 122
- نکاح کے معنی و مفہوم کی تشریح ____ 123
- مرد اور عورت کی فطرت اور جسمانی ساخت ____ 123
- مرد کا تولیدی نظام ____ 124
- مرد کی تیاری ____ 124
- عورت کا تولیدی نظام ____ 125
- عورت کی تیاری ____ 125
- اندام نہانی یا فرج ____ 125
- پردہ بکارت ____ 125
- پردہ بکارت کے احکام ____ 126
- شادی کی پہلی رات ____ 127
- کنوارگی کا ثبوت ____ 127
- دلہا کی دلہن کے لیے دعا ____ 128
- بیوی کے پاس آنے کی دعا ____ 128
- بیوی سے بے تکلفی ____ 129
- اندام نہانی میں تکلیف ____ 131
- رات کے حالات دوستوں سے بیان کرنا ____ 131
- غسل جنابت ____ 132
- جنسی محبت کا کھیل ____ 133
- جنسی عمل کی پوزیشن ____ 133

- مرد اور عورت کی جنسی فطرت ____ 134
- جماع کا دورانیہ ____ 134
- جنسی عادات ____ 135
- اسلام اور جنسی محبت کا کھیل ____ 136
- بوس و کنار ____ 137
- غسل اور وضو ____ 137
- شرمگاہ کو چھونا اور وضو ____ 138
- بچے کی شرمگاہ کو ہاتھ لگانے سے وضو ٹوٹنے کا مسئلہ ____ 138
- مباشرت کے بارے میں مفروضے ____ 139
- کن حالتوں میں مباشرت ممنوع ہے؟ ____ 140
- حیض و نفاس ____ 140
- دوران حیض جسم سے جسم ملانا ____ 141
- کیا غسل کے بغیر مباشرت جائز ہے؟ ____ 142
- حالت حیض میں مباشرت کا کفارہ ____ 142
- دبر (مقعد) میں مباشرت کبیرہ گناہ ہے ____ 143
- دبر میں جماع کا کفارہ ____ 143
- روزے کی حالت میں جماع ____ 143
- روزے کی حالت میں بوس و کنار ____ 144
- روزے میں جماع کرنے کا کفارہ ____ 144
- خاص نکات ____ 145

- میاں بیوی کے لیے ایک جامع دعا ____ 145
- بیوی کے بارے میں ____ 146
- مردوں کے بارے میں ____ 154
- غسل کے مسائل ____ 164
- غسل جنابت کے مسائل ____ 164
- اگر دوبارہ صحبت (جماع) کا ارادہ ہو؟ ____ 165
- اگر صبح غسل کا ارادہ ہو؟ ____ 165
- جنابت کی حالت میں کھانا پینا ____ 166
- جنبی اگر وضو نہ کرے؟ ____ 166
- صحبت کے وقت پہنا ہوا کپڑا ____ 166
- اگر کپڑے پر منی لگ جائے ____ 166
- غسل جنابت میں بال نہ کھولنا ____ 167
- رمضان اور جنابت ____ 167
- میاں بیوی کا اکٹھا غسل کرنا ____ 168
- میاں بیوی کا ایک دوسرے کے بچے ہوئے پانی سے غسل کرنا ____ 168
- غسل کے بعد نماز کے لیے وضو ____ 169
- نیند سے بیدار ہونے کے بعد ____ 169
- غسل کا طریقہ ____ 170
- غسل حیض ونفاس ____ 171

باب چہارم ____ حمل ____ 172

- حمل کیسے ٹھہرتا ہے؟ ____ 172
- بچہ دانی کی نالیوں میں حمل ____ 174
- ایکٹوپک حمل کی علامات ____ 174
- نالی پھٹنے کی علامات ____ 175
- علاج ____ 175
- حمل کے لیے کوششیں ____ 175
- زرخیز دن ____ 177
- زرخیز دنوں کی شناخت ____ 177
- موتیوں کی مالا ____ 178
- حمل قرآن کی روشنی میں ____ 178
- حمل اور اس کے مسائل ____ 179
- آپ کیسے معلوم کرسکتی ہیں کہ آپ حاملہ ہیں؟ ____ 179
- گھر پر ٹیسٹ کرنے کے فوائد ____ 179
- حمل ٹیسٹ کیا ہے؟ ____ 180
- حمل کی چند اہم نشانیاں ____ 181
- متوقع تاریخ پیدائش (EDD) معلوم کرنے کا طریقہ ____ 181
- حمل کا کیلنڈر ____ 182
- حمل کا کیلنڈر بنانے کا طریقہ ____ 182
- بچے کی جنس ____ 183
- کیا آپ اپنے بچے کی جنس کا تعین کر سکتے ہیں؟ ____ 184

- جڑواں بچے — 185
- دو بیضوں کا بننا — 185
- نطفے کی تقسیم — 185
- زچہ بچہ مرکز صحت — 186
- کام کرنے والی خواتین کے لیے احتیاط — 187
- معذور خواتین اور حمل — 188
- دوران حمل ادویات کا استعمال — 188
- دوران حمل ازدواجی تعلقات — 189
- حمل گرنا — 191
- حمل گرنے سے بچاؤ — 193
- حمل گرنے کے بعد — 194
- حمل گرنے کے بارے میں اسلامی احکام — 194
- شیخ عبداللہ بن عبدالعزیز ابن باز کا فتویٰ — 195
- جس کا حمل گر جائے اس کے لیے اجر — 196
- ناتمام بچے کی نماز جنازہ — 197
- نفاس — 197
- نفاس کے احکام — 198
- نماز اور روزوں کی قضا — 199

باب پنجم — خاندانی منصوبہ بندی — 201

- منصوبہ بندی کے طریقے اور ان کے اثرات — 202

- رکاوٹی طریقہ — 203
- ضروری وضاحت — 204
- منی کش جیلی — 205
- ہارمونز کا طریقہ — 205
- بچہ دانی میں رکھوانے والے آلات — 208
- مستقل طریقے — 209
- زنانہ نس بندی — 210
- مردانہ نس بندی — 210
- خاندانی منصوبہ بندی میں بے احتیاطی — 211

باب ششم — بانجھ پن — 213

- مردانہ بانجھ پن — 213
- وجوہات — 214
- بانجھ پن کے ٹیسٹ — 217
- زنانہ بانجھ پن — 218
- بنیادی بانجھ پن — 218
- ثانوی بانجھ پن — 218
- وجوہات — 218
- بیضے کے مسائل — 219
- نامناسب مقدار میں ہارمونوں کی پیدائش — 219
- انڈہ لے جانے والی نالی میں بندش — 219

- بچہ دانی میں مسائل ____ 219
- ماہواری میں گڑبڑ ____ 220
- مستقل بیماریاں ____ 220

باب ہفتم ___ ازدواجی مسائل ____ 221

- عورتوں کے مسائل ____ 221
- عورت کی جنسی فعل میں عدم دلچسپی ____ 221
- ممکنہ وجوہات ____ 221
- مباشرت کے بعد خون آنا ____ 224
- مردوں کے مسائل ____ 225
- مردانہ کمزوری ____ 225
- مردانہ کمزوری کی وجوہات ____ 225
- صحت کے مسائل ____ 225
- نفسیاتی مسائل ____ 226
- حکیمی اور عطائی ٹوٹکے ____ 226
- مردانہ کمزوری کا علاج ____ 227
- سرعت انزال ____ 228
- وجوہات ____ 228
- صحت کے مسائل ____ 228
- نفسیاتی مسائل ____ 229
- اقدامات ____ 229

باب ہشتم ___ متفرق مسائل ____ 232

- ہرنیا ____ 232
- شرمگاہ میں ہرنیا ____ 232
- ہرنیے کی علامات ____ 232
- شیر خوار بچوں میں ہرنیا ____ 233
- ہرنیا کا علاج ____ 234
- بواسیر ____ 234
- بواسیر کی علامات ____ 234
- بواسیر کی وجوہات ____ 235
- مفید مشورے ____ 235
- بواسیر کا علاج ____ 236
- پیٹ میں گیس کی شکایت اور نماز ____ 236
- ہوا خارج ہونے کا وہم ____ 236
- ہوا خارج ہونے پر ہنسنا ____ 237
- اگر مسلسل ہوا کا اخراج ہو ____ 237
- پیشاب کے قطرے ____ 237
- غیر مسلسل اخراج ____ 238
- اگر اخراج مسلسل ہو ____ 239
- پیشاب کے قطروں کے لیے ورزش ____ 240

عرضِ ناشر

اللہ تعالیٰ نے مرد اور عورت کے ازدواج سے نوعِ انسانی کی افزائش کا سامان فراہم کیا ہے۔ اس کے لیے مرد اور عورت کی فطرت میں باہمی جنسی رغبت اور موانست ومحبت کے جذبات رکھے گئے ہیں جو انسانی معاشرے کی تشکیل میں بنیادی کردار ادا کرتے ہیں۔ مرد وعورت کے ازدواجی معاملات اور جنسی تعلقات کے حوالے سے مختلف اقوام و مذاہب کے اپنے اپنے ضابطے اور روایات ہیں مگر اللہ کے آخری سچے دین اسلام نے اس سلسلے میں جو ہدایات دی ہیں، وہ انسانی فطرت کے عین مطابق ہیں۔ ان میں بچپن سے لے کر بلوغت اور جوانی تک اور ازدواجی و عائلی زندگی کے بارے میں کامل رہنمائی کا سامان ہے لیکن ہمارے معاشرے میں لاعلمی اور جہالت کی بنا پر اولاد سے ان کے جنسی امور پر گفتگو کو شجرِ ممنوعہ سمجھا جاتا ہے، چنانچہ لڑکوں اور لڑکیوں کی جنسی رہنمائی سے والدین کے گریز کے باعث وہ اکثر بازار میں دستیاب غلط سلط اور گمراہ کن جنسی لٹریچر سے مدد لیتے ہیں اور عطائی حکیموں سے رجوع کرنے پر مجبور ہوتے ہیں جس سے ان کے جنسی مسائل حل ہونے کے بجائے سنگین تر شکل اختیار کر لیتے ہیں بلکہ بعض اوقات وہ اپنی صحت یا زندگی ہی سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔

یہ بات خوش آیند ہے کہ محترمہ ام عبداللہ سعدیہ عامر دیوان جو ڈاکٹر عامر رانا دیوان (ایسوسی ایٹ پروفیسر کمیونٹی میڈیسن، ساہیوال میڈیکل کالج) کی اہلیہ ہیں، انھوں نے پہلے لڑکیوں اور شادی شدہ خواتین کی رہنمائی کا بیڑا اٹھایا اور ''اگر آپ ماں بننے والی ہیں'' کے عنوان سے کتاب قلمبند کی جس میں فن لینڈ میں اپنے شوہر کے ساتھ رہنے اور حمل و زچگی کے ذاتی تجربات کی روشنی میں خواتین کو بہت مفید معلومات اور ہدایات فراہم کیں۔ دارالسلام نے ان کی یہ کتاب آب و تاب سے شائع کی جو شائقین میں خاصی مقبول ہوئی۔

اس کے بعد محترمہ سعدیہ نے لڑکوں، لڑکیوں اور بالغوں کے جنسی مسائل و امراض اور حساس ازدواجی معاملات پر اسلام کی روشنی میں قلم اٹھانے کی ضرورت محسوس کی اور اس سلسلے میں اپنے شوہر کے علاوہ اپنی دوست ڈاکٹر امبر خان (ڈیرہ غازی خان) کی طبی رہنمائی اور اپنے دیور ڈاکٹر رانا یاسر دیوان (بہاولپور) کی فراہم کردہ کتبِ احادیث کی مدد سے زیرِ نظر رہنما کتاب ''زندگی آسان ہے'' تصنیف کی ہے۔

پہلے باب میں والدین کو اپنے نابالغ بچوں کی رہنمائی کا احساس دلایا ہے تاکہ کسی مرحلے میں ان کا جنسی استحصال نہ ہو، نیز جنسی استحصال کی وجوہات، علامات اور نتائج پر بھرپور روشنی ڈالی ہے۔

دوسرے باب میں لڑکوں اور لڑکیوں کی بلوغت کے مسائل، نسوانی تولیدی نظام، حیض، غسل، استحاضہ، لیکوریا اور مباشرت کے مسائل و احکام بیان کیے ہیں۔ ایسے ہی مردانہ تولیدی نظام، منی، جریانِ منی، مشت زنی، مذی اور احتلام کے طبی پہلو اور اسلامی احکام بیان کر کے اس سلسلے میں پھیلے ہوئے غلط مفروضات اور اوہام کی نفی کی ہے۔ بچوں

کی نامکمل جنس، ابنارملٹی اور اس کا علاج، ہم جنس پرستی اور والدین کا کردار، مردوں اور عورتوں کے پوشیدہ امراض اور ان کا علاج اس باب کے خاص موضوعات ہیں۔

تیسرے باب میں مرد و عورت کے ازدواجی تعلقات زیر بحث آئے ہیں۔ اس میں نکاح کے مقاصد، شرعی حق مہر، مرد اور عورت کی جسمانی ساخت اور تولیدی اعضاء اور وظیفۂ زوجیت کی ادائیگی کے حساس پہلو شرح و بسط کے ساتھ اسلام کی روشنی میں بیان کیے ہیں، مباشرت کے مباحات و ممنوعات بتائے ہیں اور اس ضمن میں رائج بے بنیاد مفروضات کا رد کیا ہے۔ غسلِ جنابت اور غسلِ حیض و نفاس کے اسلامی احکام بھی بیان کیے گئے ہیں اور زوجین کے مخصوص ازدواجی تعلقات پر بھی احادیث کی رہنمائی پیش کی گئی ہے۔

چوتھے باب میں حمل اور استقرارِ حمل کے طبی پہلو اور اسقاطِ حمل کے متعلق اسلامی احکام بیان ہوئے ہیں۔

اگلے تین ابواب میں اسلامی ہدایات کے تحت خاندانی منصوبہ بندی، بانجھ پن اور مردانہ کمزوری اور ان کا علاج، نیز عورتوں اور مردوں کے بعض مخصوص اور نفسیاتی مسائل کا تذکرہ ہے۔

آٹھویں باب میں ہرنیا، بواسیر، پیٹ میں گیس اور پیشاب کے قطرے زیر بحث لاکر ان کے علاج یا ورزش کے طریقے بتائے گئے ہیں۔ اس طرح یہ کتاب خاندانی و ازدواجی مسائل پر ایک جامع انسائیکلوپیڈیا کا درجہ رکھتی ہے جس سے عوام و خواص بھرپور فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

اس انتہائی مفید کتاب کی تیاری میں جن جن اصحاب نے حصہ لیا، ان سب کا

شکریہ ادا کرنا ضروری ہے۔ قاری طارق جاوید عارفی، مولانا عثمان منیب اور جناب محسن فارانی نے اس کی تصحیح و ترتیب کا اہم فریضہ ادا کیا۔ فارانی صاحب نے فاضل طبیب حکیم منصور العزیز صاحب سے بعض مردانہ مسائل کے سلسلے میں رہنمائی لی۔ قارئین سے درخواست ہے کہ وہ ہماری کاوشوں کو پسند فرمائیں تو اللہ تعالیٰ سے ہمارے حق میں قبولیت اور مغفرت کی دعا فرمائیں، نیز اس کتاب میں کوئی سقم یا علمی غلطی نظر آئے تو اس کی نشاندہی کریں تاکہ آیندہ ایڈیشن میں اس کی اصلاح کر دی جائے۔

خادم کتاب و سنت

عبدالمالک مجاہد

مینجنگ ڈائریکٹر دارالسلام۔ الریاض، لاہور

ربیع الاول 1438ھ/ دسمبر 2016ء

اظہارِ تشکر

میں خاص طور پر شکریہ ادا کرنا چاہوں گی محترم عبدالمالک مجاہد صاحب (مینجنگ ڈائریکٹر دارالسلام انٹرنیشنل) اور حافظ عبدالعظیم اسد صاحب (مینجر دارالسلام لاہور) کا، دارالسلام ریسرچ سنٹر کے علمائے کرام اور محققین قاری طارق جاوید عارفی اور جناب محسن فارانی اور حافظ قمر حسن کا اور آرٹ ڈیپارٹمنٹ کے ماہرینِ فن کا کہ جنھوں نے میری پہلی کتاب ''اگر آپ ماں بننے والی ہیں'' نہایت خوبصورت انداز میں شایانِ شان طریقے سے شائع کی اور ان اصحاب کی کاوشوں سے اب میری نئی کتاب ''زندگی آسان ہے'' اشاعت پذیر ہورہی ہے۔ پہلی کتاب نے خوب پذیرائی حاصل کی، الحمدللہ دو مزید زبانوں (پشتو اور فارسی) میں بھی اس کا ترجمہ ہو چکا ہے اور یہ نئی کتاب بھی ان شاء اللہ قبول عام حاصل کرے گی۔

اپنی دوست ڈاکٹر امبر (محکمہ بہبود آبادی حکومت پنجاب، ڈیرہ غازی خان) اور اپنے شوہر ڈاکٹر عامر دیوان (ایسوسی ایٹ پروفیسر کمیونٹی میڈیسن ساہیوال میڈیکل کالج) کا بھی شکریہ ادا کرنا چاہوں گی جنھوں نے مختلف موضوعات کے متعلق طبی معلومات فراہم کیں اور اپنے دیور ڈاکٹر یاسر دیوان (سول ہسپتال بہاولپور) کی بھی ممنون ہوں جنھوں نے مجھے احادیث نقل کرنے کے لیے مختلف کتب احادیث فراہم کیں۔

ام عبداللہ سعدیہ عامر دیوان

نوٹ: کسی بھی قسم کے مشورے اور طبی معلومات کے لیے درج ذیل نمبر پر بلاجھجک رابطہ کر سکتے ہیں۔

ڈاکٹر عامر دیوان
ایسوسی ایٹ پروفیسر کمیونٹی میڈیسن
ساہیوال میڈیکل کالج ساہیوال
0321-9153389
aamirdiwan@yahoo.com

انتساب

ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے نام جن کے ذریعے سے رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کی خانگی زندگی کے بارے میں معلومات دیگر مسلمانوں تک پہنچیں۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں......

''انصار کی عورتیں کیا خوب عورتیں ہیں۔ انھیں حیا دین کو اچھی طرح سمجھنے سے نہیں روکتی۔''(صحیح مسلم، حدیث :332)

باب اول

بلوغت اور والدین کا کردار

بلوغت (Puberty)

انسانی جسم میں پیدائش کے بعد سے مسلسل تبدیلیاں رونما ہوتی رہتی ہیں۔ انسانی زندگی کا وہ مرحلہ جب وہ بچپن سے نوجوانی میں داخل ہوتا ہے، بلوغت کہلاتا ہے۔ بلوغت کے دوران میں انسانی جسم میں بہت اہم تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں جو لڑکوں اور لڑکیوں میں ایک دوسرے سے مختلف ہوتی ہیں۔

بلوغت اور والدین کا کردار

ہمارے معاشرے میں بلوغت اور اس کے دوران میں ہونے والی تبدیلیوں کے بارے میں بات کرنا باعث شرم سمجھا جاتا ہے، اس لیے والدین کبھی بچوں سے اس موضوع پر بات نہیں کرتے۔ بچے ان معاملات کے بارے میں اپنے دوستوں اور دیگر لوگوں سے ڈھکے چھپے الفاظ میں معلومات حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور عام طور پر حاصل شدہ معلومات غلط اور ادھوری ہی ہوتی ہیں۔

والدین کا کردار اس ضمن میں بہت اہم ہوتا ہے۔ والدین کو اپنی ذمہ داری معاشرے

پر نہیں چھوڑنی چاہیے بلکہ بچوں کی خود ہی مناسب طور پر رہنمائی کرنی چاہیے۔ والدین کو چاہیے کہ وہ جیسے ہی بچوں میں بلوغت کے آثار دیکھیں تو خود ہی انھیں مناسب وقت پر آنے والی تبدیلیوں کے بارے میں آگاہ کریں اور ان کی صحیح طریقے سے رہنمائی کریں، کیونکہ والدین ہی صحیح معنوں میں اپنی اولاد کے ساتھ مخلص ہو سکتے ہیں اور بچوں کو درست معلومات فراہم کر سکتے ہیں۔

والدین کو بچوں کو سمجھانا چاہیے کہ وہ اپنے تمام مسائل صرف اور صرف اپنے والدین ہی سے بیان کریں اور ہر قسم کے مسائل کے بارے میں رہنمائی صرف اپنے والدین ہی سے لیں اور بہتر یہ ہے کہ لڑکی کی رہنمائی اس کی ماں جبکہ لڑکے کی رہنمائی اس کا باپ کرے، لیکن اگر لڑکے یا لڑکی دونوں کی رہنمائی ماں یا باپ میں سے جو بھی بچے کے زیادہ قریب ہو، کرلے تو بھی کوئی حرج نہیں۔ نیز بچوں کو سمجھانا چاہیے کہ یہ موضوعات خفیہ ہوتے ہیں، اس لیے اگر والدین انھیں کوئی بات بتائیں تو وہ دوسروں سے اس کا تذکرہ نہ کریں۔

والدین کی ذمہ داریاں

① گھر میں ٹی وی اور کمپیوٹر ایسی جگہ رکھیں جہاں آپ ان پر بآسانی نظر رکھ سکیں۔ اسی طرح انٹرنیٹ کے استعمال کے لیے اوقات مخصوص کر لیں اور گھر میں لیپ ٹاپ ہو تو صرف گھر کے عام استعمال ہونے والے حصے ہی میں اُسے استعمال کرنے کی اجازت دیں اور دوران استعمال وقتاً فوقتاً جائزہ لیتے رہیں کہ بچہ انٹرنیٹ پر کیا دیکھ رہا ہے کیونکہ نگرانی نہ ہونے کی صورت میں وہ انٹرنیٹ کو مثبت اور تعمیری استعمال کے بجائے جنسی مقاصد کے لیے بھی استعمال کر سکتا ہے۔

② بلوغت کے قریب بچوں کے اپنے دوستوں کے ساتھ تعلقات اور دیگر سرگرمیوں پر خصوصی نظر رکھیں اور ان کے سکول اور ٹیوشن کے علاوہ کسی بھی جگہ آمد و رفت کی خاص طور پر نگرانی کریں اور انھیں عادت ڈالیں کہ وہ ہر جگہ آپ سے پوچھ کر یا بتا کر جائیں۔

③ وقتاً فوقتاً بچوں کے سکول بیگ چیک کرتے رہیں اور چیکنگ کے لیے کوئی دن مخصوص کرنے کے بجائے کسی خاص ترتیب کے بغیر چیک کریں۔ اس عمر میں بچوں میں فحش رسائل (Pornographic Magazines) کی طرف رجحان پایا جاتا ہے اور ایسے رسائل بچے عام طور پر سکول بیگ میں چھپا کر ہی لاتے ہیں اور کتاب کے درمیان میں رکھ کر پڑھتے ہیں۔

④ اس عمر میں بچوں کو اپنے لیے الگ سے موبائل رکھنے کی اجازت نہ دیں۔ بلکہ کسی بھی ضرورت کے تحت صرف گھر کا عام استعمال ہونے والا موبائل ہی استعمال کرنے کی اجازت دیں کیونکہ بچے کا الگ موبائل ہونے کی صورت میں اس کی نگرانی کرنا مشکل ہوگا۔

⑤ بچے کو اکیلے کمرے میں یا کئی بچوں (بہن بھائی) کو کبھی اندر سے کنڈی لگا کر بیٹھنے اور کھیلنے کی اجازت نہ دیں اور ایسا کرنے کی صورت میں سختی سے منع کریں۔

⑥ بلوغت کے قریب بچیوں کو عادت ڈالیں کہ وہ سوتے ہوئے کپڑا یا چادر اوڑھ کر لیٹیں تاکہ ان کی جسمانی ساخت نمایاں نہ ہو اور اگر گرمیاں ہوں تو اپنا لان کا دوپٹہ یا باریک کپڑا بھی اوڑھا جا سکتا ہے۔

بچوں کے سوالات کا تسلی بخش جواب دیں

تجسس کا مادہ بچوں میں بڑوں کی نسبت زیادہ پایا جاتا ہے۔ اسی لیے وہ مختلف چیزوں کے بارے میں بہت زیادہ سوالات کرتے ہیں۔ عام طور پر جن موضوعات پر

بات چیت کرنا ہمارے معاشرے میں ناپسند کیا جاتا ہے، بچوں کو ان کے بارے میں سوال کرنے پر جھڑک کر چپ کروا دیا جاتا ہے یا عجیب وغریب جوابات دیے جاتے ہیں۔ یہ ایک غلط رویہ ہے، کیونکہ ایسا کرنے سے بچے کی تسلی نہیں ہوتی اور وہ اس بارے میں مزید متجسس ہو جاتا ہے۔

عام طور پر یہ سمجھا جاتا ہے کہ بچے کم عقل ہوتے ہیں اور انھیں ایسے معاملات کی سمجھ بوجھ نہیں ہوتی، لہٰذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچوں کے سوالات کا تسلی بخش اور حقیقت سے قریب تر جواب دیں تاکہ وہ پریشانی سے نکل سکیں۔ چونکہ عام طور پر بہت سے معاملات کا ہمیں پہلے ہی سے علم ہوتا ہے کہ بچے کبھی نہ کبھی اس بارے میں ضرور سوال کریں گے، اس لیے بہتر ہے کہ بچے کو مطمئن کرنے کے لیے پہلے ہی سے ایسے جوابات تیار کر لیے جائیں جو حقیقت سے قریب تر ہوں اور انھیں انسانی عقل تسلیم کر سکے۔ اگر آپ خود ہی اپنے بچے کو کسی بھی چیز کے بارے میں سادہ الفاظ میں اچھی طرح سمجھا دیں تو وہ ایک ہی دفعہ ہمیشہ کے لیے سمجھ جائے گا اور بار بار اس بارے میں کبھی سوال نہیں کرے گا۔ مثال کے طور پر بچے عام طور پر اس بارے میں بہت حیران ہوتے ہیں کہ ان کی ماں سینہ بند کیوں پہنتی ہے اور ہر بار کپڑوں کی دھلائی کے بعد اسے تار پر لٹکتا دیکھ کر وہ سوالات کرنا شروع کر دیتے ہیں، چنانچہ بہتر ہے کہ ڈانٹنے کی بجائے آپ آرام سے انھیں سمجھا دیں کہ عورت کی یہ جگہ کیونکہ چھپانے والی ہوتی ہے اور اس کے ستر کا حصہ ہوتی ہے، اس لیے سینہ بند (bra) پہنا جاتا ہے تاکہ عورت کی یہ جگہ کپڑوں میں زیادہ نمایاں نہ ہو سکے۔ بسا اوقات بعض چھوٹی چھوٹی باتیں اتنی اہم نہیں ہوتیں کہ ان کو اس حد تک چھپایا جائے کہ بچہ تشویش

ہی میں مبتلا ہو جائے۔ والدین کا اپنے بچوں کے ساتھ ان معاملات میں رویہ ایک دوست کا سا ہونا چاہیے۔ بچوں اور والدین کے درمیان اعتبار کا رشتہ ہونا چاہیے تا کہ ان کے ذہنوں میں جو بھی سوالات ابھریں، وہ آپ سے بغیر کسی خوف اور جھجک کے پوچھ سکیں۔ بچوں کو یہ سکھانا چاہیے کہ وہ ایسے تمام سوالات سب کے سامنے پوچھنے کے بجائے آپ سے تنہائی میں پوچھیں تا کہ دوسروں کے سامنے ان کے اچانک سوال کرنے پر آپ کو شرمندگی کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

عمر کے مطابق رہنمائی

والدین اپنے بچے کے مزاج اور ذہنی استعداد کو بہتر طور پر جانتے ہیں، اس لیے وہ خود اس بات کا فیصلہ کر سکتے ہیں کہ بچے کو کون سی بات کب بتائی جا سکتی ہے۔ بعض بچے زیادہ ذہین ہوتے ہیں اور معاملات کو جلد سمجھ جاتے ہیں۔ اسی طرح بعض بچوں میں نشوونما کی رفتار دیگر بچوں کی نسبت تیز ہوتی ہے اور وہ جلد بالغ ہو جاتے ہیں۔ اس لیے والدین اس بات کا بہتر طور پر فیصلہ کر سکتے ہیں کہ بچے کو کس عمر میں کون سی بات بتانی چاہیے لیکن آپ درج ذیل باتوں سے بھی اندازہ لگا سکتے ہیں:

آٹھ سال کی عمر

چھوٹے بچے عام طور پر نئے بچے کی پیدائش کے بارے میں بہت تجسس رکھتے ہیں اور کسی بھی عورت کا بڑھا ہوا پیٹ دیکھ کر اپنے طور پر اندازہ لگانے کی کوشش کرتے ہیں اور اس بارے میں والدین سے مختلف سوالات کرتے ہیں۔ والدین کو اس بارے میں مختلف کہانیاں بیان کرنی پڑتی ہیں۔ آٹھ سال کی عمر میں بچہ اس قدر سمجھدار ہو چکا ہوتا ہے کہ اسے اس بارے میں درست معلومات دے دی جائیں۔

آپ بچے کو حمل ٹھہرنے کے اصل طریقہ کار کے بجائے یہ بتا سکتے ہیں کہ والدین اللہ تعالیٰ سے اولاد کے بارے میں دعا کرتے ہیں جس کی قبولیت کے نتیجے میں اللہ تعالیٰ ماں کے پیٹ میں بچہ عطا کرتا ہے جو آغاز میں چھوٹا ہوتا ہے اور وقت گزرنے کے بعد بڑا ہو جاتا ہے جس سے ماں کا پیٹ موٹا ہو جاتا ہے (جیسے زمین میں بیج ڈالنے کے بعد پودا وقت کے ساتھ ساتھ بڑا ہوتا رہتا ہے) اور جب وہ مکمل ہو جاتا ہے تو اسے آپریشن کے ذریعے سے پیٹ سے باہر نکال لیا جاتا ہے۔ ان معلومات کے بعد بچے مطمئن ہو جاتے ہیں۔

10-11 سال کی عمر

لڑکیوں کو 10-11 سال جبکہ لڑکوں کو 11 - 12 سال کی عمر میں (کیونکہ لڑکوں میں بلوغت لڑکیوں کی نسبت دیر سے شروع ہوتی ہے) بغلوں، زیر ناف بالوں اور ان کے متعلق اسلامی احکام کے بارے میں بتا دینا چاہیے، کیونکہ بچے معلومات نہ ہونے کی صورت میں پریشانی کا شکار ہو جاتے ہیں، نیز بچوں کو تاکید کرنی چاہیے کہ ایسا ہونے کی صورت میں وہ آپ سے رابطہ کریں تاکہ آپ انھیں ان بالوں کی صفائی کے لیے مدد فراہم کر سکیں۔

سیدنا انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمارے لیے مونچھیں کاٹنے، ناخن تراشنے، زیر ناف بال مونڈنے اور بغل کے بال اکھیڑنے کے لیے وقت مقرر کر دیا ہے کہ ہم ان کو چالیس دن سے زیادہ نہ چھوڑیں۔ (صحیح مسلم، حدیث : 258، و سنن النسائي، حديث : 14)

12 سال کی عمر (لڑکی کے لیے)

اس عمر میں لڑکی اس قابل ہو جاتی ہے کہ اسے ماہواری یا حیض (Menses) کے بارے میں آگاہ کر دیا جائے۔ عام طور پر اس عمر میں لڑکیوں کی شرمگاہ سے سفید رنگ کے پانی کا اخراج شروع ہو جاتا ہے جو اس بات کی علامت ہے کہ ماہواری کا وقت قریب ہے۔

ماؤں کو چاہیے کہ وہ وقتاً فوقتاً کپڑوں کی دھلائی سے پہلے اپنی بیٹیوں کی شلواریں چیک کرتی رہیں۔ اگر سفید رطوبت کے نشانات پائیں تو اس کا مطلب ہے کہ بچیوں کو ماہواری کے بارے میں بتانے کا مناسب وقت آ گیا ہے۔ اس مرحلے پر بچیوں کو اس رطوبت کے بارے میں اسلامی احکام اور ماہواری کے بارے میں آگاہ کر دینا چاہیے، کیونکہ اچانک ماہواری کا خون دیکھنے پر بچیوں کو کسی خطرناک بیماری میں مبتلا ہونے کا خوف لاحق ہو سکتا ہے۔

اس رطوبت کے اخراج کے بعد ماؤں کو چاہیے کہ وہ خاص طور پر محتاط رہیں اور سفر کی صورت میں اپنے ساتھ اور سکول جاتے ہوئے بچیوں کے بیگ میں ایک انڈر وئیر اور پیڈ یا کپڑا ضرور ساتھ رکھیں تا کہ انھیں اچانک ماہواری آنے کی صورت میں پریشانی کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

14 - 15 سال کی عمر (لڑکوں کے لیے)

اس عمر میں بہتر ہے کہ آپ بچے کو احتلام کے بارے میں پہلے ہی سے بتا دیں تا کہ کسی بھی وقت احتلام کی صورت میں بچے کو پریشانی کا سامنا نہ کرنا پڑے۔ اس کے علاوہ لڑکوں میں بھی کپڑوں کی دھلائی سے پہلے شلوار کا جائزہ لیتے رہنا چاہیے اور

منی کے نشانات کی صورت میں بچے کو احتلام اور اس کے بارے میں اسلامی احکام ضرور بیان کرنے چاہئیں۔

احتلام بچے کے لیے ایک عجیب وغریب تجربہ ہوتا ہے اور وہ کبھی اس بارے میں خود سے نہیں بتائے گا، اس لیے آپ کو خود ہی بچے سے اس بارے میں بات کرنی چاہیے۔ بہتر ہے کہ بچے کو پہلے ہی سے اس بارے میں آگاہی دے دی جائے تاکہ پریشانی کا سامنا نہ کرنا پڑے۔ ہمارے معاشرے میں ایسے تمام موضوعات جن کا تعلق جنسی معاملات سے ہوتا ہے، ان کی میڈیا پر خصوصاً اخبارات میں تشہیر ہمیشہ بیماری اور کمزوری کے عنوان ہی سے کی جاتی ہے۔ ان تمام معاملات سے لاعلمی بچے کے لیے بہت سے نفسیاتی مسائل کا باعث ہوسکتی ہے اور کمزوری کا وہم بچوں کو اپنے متعلق علاج معالجے پر مجبور کرسکتا ہے۔ اس لیے والدین کو چاہیے کہ وہ خود ہی اپنے بچوں کو مناسب وقت پر آنے والی تبدیلیوں اور ان کے بارے میں اسلامی احکام سے آگاہ کریں اور اپنے بچوں کو لاعلمی کے سبب ہونے والی پریشانیوں اور ذہنی اذیت سے بچائیں۔

بچوں کی تربیت

ہمارے معاشرے میں یہ رواج عام ہے کہ رات کو والدین بچوں کو اپنے ساتھ ہی سلاتے ہیں اور بچوں کی موجودگی کی وجہ سے والدین کی ازدواجی زندگی متاثر ہوتی ہے، کیونکہ کبھی حادثاتی طور پر بچے اپنے والدین کو نامناسب حالت میں دیکھ لیں تو اس صورت میں ان کے لیے بہت سے نفسیاتی مسائل جنم لے سکتے ہیں اور ان کے دل میں اس فعل کے سبب والدین کے خلاف نفرت جنم لے سکتی ہے۔ اسی لیے والدین کی خلوت (Privacy) کی اہمیت پر بہت زیادہ زور دیا گیا ہے۔

بہتر ہے کہ بہت چھوٹی عمر ہی سے بچوں کے کمرے والدین سے علیحدہ کر دینے چاہئیں۔ ایک عام تصور ہے کہ بچوں کے والدین سے علیحدہ سونے پر بچے عدم تحفظ کا شکار ہو جاتے ہیں جبکہ حقیقت یہ ہے کہ والدین کے ساتھ سونے پر بچے کے ذہن میں والدین کے آپس کے تعلقات کے بارے میں مختلف خیالات جنم لے سکتے ہیں جس کی وجہ سے وہ نفسیاتی مسائل کا شکار ہو سکتے ہیں۔ اس لیے بچوں کے کمرے والدین سے علیحدہ ہونے چاہئیں اور آغاز ہی سے بچوں کی تربیت اس طور پر کی جانی چاہیے کہ انھیں اپنے والدین کی خلوت اور تنہائی کا خیال ہو۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''اپنی اولاد کو نماز کا حکم دو جب وہ سات سال کے ہو جائیں اور جب وہ دس سال کے ہو جائیں تو انھیں (نماز چھوڑنے پر) مارو اور (دس سال کی عمر میں خواب گاہ میں) ان کے بستر الگ الگ کر دو۔'' (سنن أبي داود، حديث : 495)

یعنی دس سال کی عمر میں بچوں کے بستر والدین اور اپنے دیگر کمسن بہن بھائیوں سے الگ کر دینے چاہئیں۔ والدین اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ بلوغت کے قریب بچے دن کے وقت بھی دوسرے بچوں کے ساتھ ایک ہی چادر یا کمبل میں نہ لیٹیں۔

سیدنا ابن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''مرد، مرد کے ساتھ ایک کپڑے میں نہ ہو اور عورت دوسری عورت کے ساتھ ایک کپڑے میں نہ ہو۔'' (صحيح مسلم، حديث :338)

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

''اے ایمان والو! تمھارے غلاموں اور لونڈیوں اور ان (لڑکوں اور لڑکیوں)

کو جو تم میں سے بلوغت کو نہ پہنچے ہوں، چاہیے کہ تم سے تین بار اجازت مانگیں (پھر گھر میں داخل ہوں)، نماز فجر سے پہلے اور جب تم دوپہر کو کپڑے اتارتے ہو اور عشاء کی نماز کے بعد، یہ تین اوقات تمھارے لیے پردے کے ہیں۔ ان (اوقات) کے بعد (بلا اجازت آنے سے) نہ تم پر کچھ گناہ ہے اور نہ ان پر۔ تم ایک دوسرے کے پاس کثرت سے آتے جاتے ہو اور اللہ اسی طرح تمھارے لیے (اپنی) آیات کھول کر بیان کرتا ہے اور اللہ خوب جاننے والا، بڑی حکمت والا ہے۔ اور جب تم میں سے لڑکے (اور لڑکیاں) بلوغت کی حد کو پہنچ جائیں تو انھیں چاہیے کہ وہ بھی اسی طرح اجازت لیا کریں جیسا کہ ان سے پہلے (ان کے بڑے) اجازت لیتے رہے ہیں، اللہ اسی طرح تمھارے لیے اپنی آیات کھول کر بیان کرتا ہے اور اللہ بڑا جاننے والا، خوب حکمت والا ہے۔'' (النور 59,58:24)

یعنی والدین اور اولاد کے درمیان بھی پردے کا حکم ہے اور بچوں کی تربیت اس طرز پر کرنی چاہیے کہ والدین کے آرام کے اوقات میں وہ اپنے کمروں میں رہیں اور والدین کی اجازت کے بغیر ان کے کمروں میں داخل نہ ہوں۔

نوٹ: ہمارے معاشرے میں اکثر مشترکہ خاندانی نظام پایا جاتا ہے جس کی وجہ سے عموماً ایک خاندان کے حصے میں ایک کمرہ ہی آتا ہے۔ ایسی صورت میں میاں بیوی کے لیے بہتر ہے کہ گھر کے کسی خفیہ گوشے یا سٹور وغیرہ کو ہمبستری کے لیے استعمال کیا جائے، تاہم اگر کسی وجہ سے اپنے کمرے میں کرنے کا ارادہ ہو تو بہتر ہے کہ مکمل اندھیرا کر لیا جائے اور اوپر بڑی چادر اوڑھ لی جائے۔

بچوں کا جنسی استحصال (Child Sexual Abuse)

جنسی استحصال کیا ہے؟

بچوں کے جنسی استحصال کا مطلب ہے ایک بالغ فرد کا بچے کے ساتھ جنسی معاملات میں ملوث پایا جانا۔ عام طور پر بچے کو اپنی معصومیت اور جنسی معاملات سے لاعلمی کے سبب یہ معلوم ہی نہیں ہوتا کہ اس کا استحصال کیا جا رہا ہے اور اسے غلط مقاصد کے لیے استعمال کیا جا رہا ہے۔ اسے یہ معلوم نہیں ہوتا کہ اس کے ساتھ کیا کیا جا رہا ہے، لیکن وہ ان کاموں سے بے چینی محسوس کرتا ہے۔

جنسی استحصال کا مطلب صرف جسمانی تعلق ہی نہیں ہے بلکہ اس زمرے میں وہ تمام کام آتے ہیں جو جنسی جذبات کو ابھارتے ہیں، مثلاً: بچوں کو جنسی تصاویر دکھانا، وغیرہ۔ افسوس ناک بات یہ ہے کہ جس قدر یہ چیز ہمارے معاشرے میں عام ہو رہی ہے اور بچے پر اس کے جس قدر برے اثرات پڑ رہے ہیں، والدین اسی قدر اس سے لاعلم ہیں۔

بچوں کے جنسی استحصال کی اقسام (Types of Child Sexual Abuse)

بچوں کے جنسی استحصال کی دو اقسام ہیں:

① جسمانی تعلق (Touching Behaviour)

اس میں درج ذیل کام شامل ہیں:

(i) بچے کے جنسی اعضاء کو چھونا، تھپتھپانا اور چاٹنا۔

(ii) بچے کو مجبور کرنا کہ وہ بڑے کے جنسی اعضاء کو چھوئے اور ان سے کھیلے۔

(iii) کوئی چیز بچے کے جنسی عضو یا منہ میں ڈالنا، مثلاً: انگلی یا عضو تناسل، وغیرہ۔

(iv) شیر خوار بچے کے منہ میں عضو تناسل ڈالنا۔

② غیر جسمانی تعلق (Non-touching Behaviour)

(i) بچے کو فُحش تصاویر دکھانا۔

(ii) بچے کو اپنے جنسی اعضاء دکھانا۔

(iii) بچے کو بغیر کپڑوں کے دیکھنا۔

(iv) بچے سے مختلف جنسی انداز (Pose) بنوانا اور ان کی تصاویر کھینچنا۔

جنسی استحصال کون کرتا ہے؟

جنسی استحصال عام طور پر ان لوگوں کے ہاتھوں ہوتا ہے جنھیں بچہ جانتا ہو اور ان پر اعتماد کرتا ہو، مثلاً: گھریلو ملازمین، اساتذہ اور بعض قریبی رشتہ دار، مثلاً: ماموں، چچا اور کزن وغیرہ۔ جنسی استحصال میں عام طور پر مرد ملوث ہوتے ہیں، لیکن بعض اوقات خواتین بھی اس کام میں ملوث پائی جاتی ہیں، مثلاً: گھر میں کام کرنے والی کم عمر لڑکیاں جو بلوغت کی عمر کو پہنچنے والی ہوں یا بڑی عمر کی وہ عورتیں جن کی عمر زیادہ ہو چکی ہو اور ان کی شادی نہ ہوئی ہو یا شادی شدہ وہ عورتیں جن کے خاوند لمبے عرصے سے بیرون ملک مقیم ہوں۔

کس عمر کے بچے کا جنسی استحصال کیا جا سکتا ہے؟

جنسی استحصال کے لیے عمر کی کوئی قید نہیں، کسی بھی عمر کے بچے کا استحصال کیا جا سکتا ہے حتیٰ کہ شیر خوار بچے کا بھی۔ اس لیے کسی بھی بچے کی چھوٹی عمر کا سوچتے ہوئے اس سے بے پروائی نہیں برتنی چاہیے۔ عام تصور یہ پایا جاتا ہے کہ صرف لڑکیاں ہی جنسی استحصال کا شکار ہوتی ہیں اور ان کی حفاظت زیادہ کی جاتی ہے جبکہ حقیقت یہ ہے کہ لڑکوں کو جنسی حملوں کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے کیونکہ والدین بچے کو لڑکا سمجھتے ہوئے اس کے بارے میں بے پروائی برتتے ہیں جس سے استحصال کرنے والوں کو موقع مل جاتا ہے، اس لیے لڑکا ہو یا لڑکی دونوں کی برابر حفاظت کرنی چاہیے۔

جنسی استحصال کے نتائج (Results of Sexual Abuse)

جنسی استحصال کے بچے کی زندگی پر بہت سنگین اور دیرپا اثرات پڑتے ہیں۔ اس سے بچے کو جسمانی نقصان کا خطرہ تو ہوتا ہی ہے، لیکن اس کا اصل نقصان جذباتی اور نفسیاتی طور پر ہوتا ہے۔ اگر جنسی استحصال کا شروع ہی میں پتہ چلا لیا جائے اور اس کا حل تلاش کر لیا جائے تو بہت زیادہ امید ہے کہ نقصان کا ازالہ ہو سکے گا، لیکن اگر بچہ لمبے عرصے تک جنسی زیادتی کا شکار رہے تو اسے شدید نفسیاتی مسائل کا سامنا ہو سکتا ہے۔ بچپن میں بچوں کو معلوم نہیں ہوتا کہ ان کے ساتھ کیا ہو رہا ہے، لیکن عمر بڑھنے کے ساتھ جب انھیں اپنے ساتھ پیش آنے والے معاملات کی حقیقت کا علم ہوتا ہے تو انھیں اپنے اصل نقصان کا اندازہ ہوتا ہے اور وہ ان معاملات کا ذمہ دار اپنے آپ کو ٹھہراتے ہیں اور ہمیشہ دل میں احساس جرم اور شرمندگی لیے رکھتے ہیں۔ بعض اوقات یہ بچے بڑے ہو کر انتقامی طور پر دوسرے بچوں کے ساتھ وہی کچھ کرتے ہیں جو ان کے ساتھ ہوا ہوتا ہے۔

ایسے بچے بالغ ہونے پر صنفِ مخالف سے شادی کرنے اور جسمانی تعلق قائم کرنے کے بارے میں خوف محسوس کرتے ہیں۔ اگر جنسی استحصال کا شکار ہونے والا لڑکا ہے تو وہ ہم جنس پرستی کی طرف راغب ہوسکتا ہے اور عورت سے شادی کرنے اور جسمانی تعلق قائم کرنے سے کتراتا ہے۔

جنسی استحصال کی وجوہات (Reasons of Sexual Abuse)

جنسی استحصال کی درج ذیل وجوہات ہیں:

① دیر سے شادی ہونا

ہمارے معاشرے کے مختلف رسوم و رواج، زیادہ سے زیادہ کمانے کی حرص اور بہترین رشتوں کی تلاش جیسی وجوہات کی بنا پر دیر سے شادی کرنے کا رواج عام ہو چکا ہے حالانکہ اسلامی نقطۂ نظر سے لڑکے اور لڑکی دونوں کی جلد از جلد شادی کر دینی چاہیے تاکہ وہ اپنی جسمانی ضروریات جائز طریقے سے پوری کر سکیں۔

② ٹی وی اور میڈیا کا کردار

جہاں میڈیا، مثلاً: ٹی وی، کیبل اور انٹرنیٹ وغیرہ کے مختلف فوائد ہیں، وہاں اس کے نقصانات بھی بے شمار ہیں۔ فحش اور ہیجان انگیز پروگرام، گندی فلمیں اور عشقیہ ڈرامے ہمارے معاشرے میں بے راہ روی پھیلانے میں اہم کردار ادا کر رہے ہیں۔ والدین کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کے روزمرہ معاملات پر خصوصی نظر رکھیں اور گھر میں ٹی وی اور کمپیوٹر ایسی جگہ رکھیں جہاں سے آپ ان پر نظر رکھ سکیں۔ آپ کی بے پروائی کسی بچے کے لیے عمر بھر کا روگ بن سکتی ہے۔

③ والدین کی بے پروائی

بچے کے جنسی استحصال میں والدین کی بے پروائی کا بہت عمل دخل ہے۔ گھریلو ملازمین، اساتذہ اور قریبی رشتہ داروں پر اندھا دھند اعتماد اور بچے کی حرکات وسکنات پر نظر نہ رکھنا بھی جنسی استحصال کے محرکات کو جنم دینے کا باعث بنتا ہے۔

④ بے پردہ خواتین

خواتین کا بے پردہ، چست لباس اور ٹائٹس پہن کر گھر سے نکلنا بھی نا محرم افراد کے جذبات کو بھڑکانے کا باعث بنتا ہے اور جنسی ضرورت جائز طریقے سے پوری نہ ہونے پر ایسے افراد ناجائز ذرائع کی طرف راغب ہوتے ہیں۔ اس صورت میں کسی بچے کے جنسی استحصال اور بعدازاں پکڑے جانے کے خوف سے بچے کے قتل کی صورت میں میڈیا کے علاوہ عریاں لباس پہننے والی خواتین بھی اللہ کے ہاں اس جرم میں شریک تصور کی جائیں گی اور جوابدہ ہوں گی۔

کسی فرد کا مشکوک رویہ

اگر کوئی شخص آپ کے بچے سے اپنے تعلق کو جنسی مقاصد کے لیے استعمال کرنا چاہتا ہے تو آپ اس کے بارے میں واضح طور پر نہیں جان سکتے اور اس کی علامات بھی واضح نہیں ہوتیں، لیکن اگر آپ متعلقہ شخص کے اپنے بچے سے تعلق اور رویے کے بارے میں مشکوک ہوں اور اس کا بچے سے کھیلنے کا طریقہ کار اور برتاؤ غیر تسلی بخش محسوس کریں اور اپنے دل میں بے چینی محسوس کریں تو آپ کو محتاط ہونے کی ضرورت ہے۔

درج ذیل علامات کی بنا پر متعلقہ شخص سے احتیاط کریں

(i) بچے کی خواہش نہ ہونے کے باوجود اس سے بوس و کنار کرنا، بار بار گلے لگانا، ریسلنگ کھیلنا اور بہانے سے بچیوں کے سینے پر ہاتھ لگانا اور گدگدی کرنا۔

(ii) اپنے ہم عمر بالغ افراد کے بجائے بچوں کے ساتھ زیادہ وقت گزارنے کی کوشش کرنا۔

(iii) بچے کے ساتھ اکیلے وقت گزارنے پر اصرار کرنا۔

(iv) بچے کو تحفے تحائف، مثلاً: بغیر کسی وجہ کے ٹافیاں بسکٹ، کھلونے اور پیسے دینا۔

(v) گھر میں موجود باقی بچوں کی نسبت کسی ایک سے زیادہ لگاؤ کا اظہار کرنا، مختلف معاملات میں ناجائز طرفداری کرنا، خوامخواہ کی محبت کا اظہار کرنا اور اسے یہ باور کروانا کہ وہ خاص ہے۔

(vi) بچے کو اکیلے باہر گھمانے پھرانے کے لیے لے جانے پر اصرار کرنا اور ہر وقت آیاگری کے لیے تیار رہنا۔

جنسی استحصال کی علامات (Signs & Symptoms of Sexual Abuse)

بچے عام طور پر جنسی استحصال کے متعلق دوسروں کو کبھی نہیں بتاتے۔ وہ سمجھتے ہیں کہ بتانے پر کوئی ان کی بات کا یقین نہیں کرے گا بلکہ الٹا انھیں ہی لعن طعن کا سامنا کرنا پڑے گا، خاص طور پر جب استحصال کرنے والا کوئی قریبی رشتہ دار ہو۔ وہ ان معاملات کی سنگینی کے بارے میں نہیں جانتے اور ان تمام معاملات کا ذمہ دار اپنے آپ کو ٹھہراتے ہیں، اس لیے خود کو شرمندہ اور خوفزدہ محسوس کرتے ہیں اور ایسی باتیں اپنے تک ہی محدود رکھتے ہیں۔

دوسری بات یہ ہے کہ استحصال کرنے والا بچے کو ڈراتا اور دھمکاتا ہے اور مجبور کرتا ہے کہ وہ اس بات کو خفیہ رکھے اور کسی کو بتانے کی صورت میں سنگین نتائج کی دھمکیاں دیتا ہے، اس لیے آپ کو خود اپنے بچوں پر خصوصی نظر رکھنی پڑے گی۔ عام طور پر بچے اپنی پریشانی منہ سے بتانے کے بجائے اپنے رویوں سے اس کا اظہار کرتے ہیں۔

بچوں کے رویے میں اچانک تبدیلی کی دیگر کئی وجوہات بھی ہوسکتی ہیں۔ان کے رویے میں بعض تبدیلیوں کی وجہ مختلف قسم کے حالات ہو سکتے ہیں، مثلاً:

(i) ماں اور باپ میں علیحدگی ہو جانا۔

(ii) گھر میں کسی فرد کی موت واقع ہو جانا۔

(iii) سکول میں یا دوستوں کے ساتھ کوئی مسئلہ ہونا۔

(iv) پسندیدہ استاد کا سکول چھوڑ کر چلے جانا۔

لیکن اگر بغیر کسی وجہ کے بچے کے رویے میں واضح تبدیلی محسوس کریں تو آپ کو خاص طور پر محتاط اور فکر مند ہونے کی ضرورت ہے۔

علامات کی اقسام

جنسی استحصال کی علامات دو قسم کی ہیں:

رویے میں تبدیلی (Change in Behaviour)

① بچے کا رات کو سوتے وقت ڈر کر اٹھ جانا اور بے خوابی سے دوچار ہونا۔

② کھویا ہوا رہنا، عدم توجہی ہونا، کم گو ہو جانا اور اپنے آپ میں مگن (Secretive)

رہنے لگنا۔

③ اپنے آپ کو غیر محفوظ تصور کرنا اور مخصوص جگہوں اور لوگوں سے بغیر کسی واضح ظاہری وجہ کے خوفزدہ ہونا۔

④ خود اعتمادی میں کمی ہونا۔

⑤ بہت جلد غصے میں آ جانا اور مزاج میں اچانک واضح تبدیلی رونما ہونا۔

⑥ بچپن کی عادات کی طرف واپس آ جانا، مثلاً: بستر پر پیشاب کرنا اور انگوٹھا چوسنا۔

⑦ کھانے پینے کی عادات میں تبدیلی آنا اور کھانے پینے میں دلچسپی نہ لینا۔

⑧ مختلف کھلونوں سے اور کھیلوں کے دوران میں جنسی حرکات کا مظاہرہ کرنا۔

⑨ بچے کو بغیر کسی واضح ذریعے کے جسم کے مختلف حصوں کے بارے میں ایسے الفاظ معلوم ہونا جو بالغ افراد اپنی بول چال میں استعمال کرتے ہیں۔

⑩ سکول کی کارکردگی میں اچانک نمایاں کمی واقع ہونا۔

⑪ بچے کے پاس بغیر کسی ذریعے کے پیسے، ٹافیاں، بسکٹ اور کھلونے پائے جانا۔

⑫ سکول جلدی جانے اور دیر سے واپس آنے کی کوشش کرنا تاکہ گھر سے زیادہ سے زیادہ دور رہا جا سکے۔

⑬ کپڑے اتارنے اور باتھ روم میں جانے سے خوف محسوس کرنا۔

نوٹ: مندرجہ بالا علامات میں سے کوئی علامت اگر آپ محسوس کریں تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کو چوکنا ہونے کی ضرورت ہے۔

جسمانی علامات

① جنسی اعضاء اور مقعد (پاخانے کی جگہ) کے اردگرد بغیر کسی واضح وجہ کے سرخی کا پایا جانا۔

② بچے کو پیشاب یا پاخانہ کرتے ہوئے تکلیف محسوس ہونا۔
③ پیشاب کی نالی میں انفیکشن ہونا (Urinary Tract Infection)
④ جنسی اعضاء میں تکلیف محسوس ہونا اور خون آنا۔
⑤ آگے کی شرمگاہ (اندام نہانی) یا پیچھے کی شرمگاہ (مقعد) سے وقتاً فوقتاً کسی مادے کا اخراج ہونا۔
⑥ کسی جنسی بیماری کا لاحق ہونا۔

نوٹ: مذکورہ بالا علامات میں سے اگر کوئی بھی علامت پائی جائے تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

جنسی استحصال کی علامات محسوس کریں تو؟

اگر آپ اپنے بچے میں جنسی استحصال کی علامات محسوس کریں تو آپ کو چاہیے کہ اس معاملے پر مزید تحقیق اور چھان بین کریں اور کسی حتمی نتیجے پر پہنچنے پر ہی متعلقہ فرد کے خلاف کارروائی کریں۔ آپ کو چاہیے کہ اپنے بچے کو اعتماد میں لیں اور مختلف اشاروں کنایوں سے اصل بات معلوم کرنے کی کوشش کریں، بچے کو اپنی محبت اور تعاون کا احساس دلائیں اور اس کی بات کا اعتبار کریں۔ آپ اپنے بچے سے مختلف سوالات کر سکتے ہیں، مثلاً: کبھی کسی نے آپ کے جنسی اعضاء کو تو ہاتھ نہیں لگایا یا کبھی کسی نے آپ کی شلوار میں تو ہاتھ نہیں ڈالا یا اسی قسم کے دوسرے سوالات کریں۔ بچے سے کبھی براہ راست سوالات نہیں کرنے چاہئیں بلکہ مختلف دیگر موضوعات سے بات شروع کریں، مثلاً: بچے کی دلچسپی اور کھیلوں سے متعلق بات چیت سے گفتگو کا آغاز کریں اور آہستہ آہستہ پُرسکون انداز میں جنسی معاملات پر بات چیت کریں۔ اگر بچہ ان معاملات پر

بات کرتے ہوئے گھبراہٹ کا اظہار کرے اور بے چین ہو تو آپ کو سمجھ جانا چاہیے کہ کچھ گڑبڑ ہے۔ پھر جتنی جلدی آپ اس مسئلے کو معلوم کرلیں گے، اتنی جلدی اس کو حل کر کے نقصان کا ازالہ کر سکتے ہیں۔

اگر بچہ جنسی استحصال کا شکار ہو؟

اگر مکمل تحقیق کے بعد آپ کو یقین ہو جائے کہ آپ کا بچہ واقعی جنسی استحصال کا شکار ہو رہا ہے تو آپ کو درج ذیل اقدامات کرنے چاہئیں۔

① پُرسکون رہیں

یقیناً اس بات سے آگاہی کہ آپ کے بچے کا جنسی استحصال ہو رہا ہے، ایک پریشان کن اور تکلیف دہ امر ہے، لیکن آپ کو چاہیے کہ اپنے آپ کو پُرسکون رکھیں اور غصے کا اظہار نہ کریں کیونکہ اس سے بچہ ڈر کر واپس اپنے خول میں بند ہو جائے گا اور آپ پر اپنا اعتبار کھو دے گا۔

② بچے کی بات غور سے سنیں

مختلف سوال و جواب کرتے ہوئے بچے کی بات غور سے سنیں اور اسے اپنے دل کی بات کہنے کا موقع دیں۔ اگر بچہ استحصال کا ذمہ دار کسی انتہائی قریبی رشتہ دار کو بھی ٹھہرائے تو بچے کی بات سنجیدگی سے لیں اور اس کی بات کا یقین کریں کیونکہ عام طور پر بچے جنسی استحصال کے بارے میں جھوٹ نہیں بولتے۔

③ مثبت انداز میں سوچیں

جنسی استحصال میں بچے کا اپنا کوئی کردار نہیں ہوتا، اس لیے اسے بار بار یہ بات

باور کروائیں کہ اس کا کوئی قصور نہیں ہے اور اس نقصان کا ذمہ دار وہ نہیں ہے، نیز دل کی بات بتانے پر اس کی حوصلہ افزائی کریں اور اسے اپنی محبت اور تعاون کا یقین دلائیں۔

④ بچے کی عزت نفس کا خیال رکھیں

بچے سے بار بار اس موضوع پر بات نہ کریں اور نہ اس کے سامنے اس موضوع پر دوسروں سے بات کریں، کیونکہ وہ اس سے شرمندگی محسوس کرے گا اور اس کی عزت نفس مجروح ہوگی۔

⑤ قابل اعتماد فرد سے مشورہ کریں

ایسی باتیں اپنے قریبی عزیز و اقارب کو بتانے سے پرہیز کریں اور خود ہی اس مسئلے کو حل کرنے کی کوشش کریں، تاہم اگر مشورے کے لیے یا کسی اور وجہ سے بتانا بھی پڑجائے تو صرف قابل اعتبار فرد ہی کو بتائیں، ورنہ آیندہ زندگی میں بچے کو پریشانیوں اور مشکلات کا سامنا ہوسکتا ہے۔

⑥ طبی معاینہ کروائیں

اگر بچے کو کوئی زخم یا تکلیف ہے تو جنسی استحصال کی نوعیت کو سامنے رکھتے ہوئے اس کا طبی معاینہ کروائیں۔ اس کے علاوہ مختلف قسم کی جنسی بیماریاں بھی جنسی عمل کے ذریعے بچے میں منتقل ہوسکتی ہیں، اس لیے بچے کو ڈاکٹر کے پاس ضرور لے کر جائیں، نیز اگر آپ محسوس کریں کہ بچے کا لمبے عرصے سے استحصال کیا جا رہا تھا اور دیگر نفسیاتی مسائل محسوس کریں تو نفسیاتی معالج سے بھی رابطہ کریں۔

جنسی استحصال سے بچاؤ کے اقدامات

بہتر ہے کہ والدین پہلے ہی اس امر کی طرف توجہ دیں اور ایسے اقدامات اور احتیاطی تدابیر اختیار کر لیں تاکہ ایسا واقعہ رونما ہی نہ ہو۔

① جنسی حملے کے بارے میں والدین کی آگاہی

جنسی استحصال سے بچاؤ کے لیے ضروری ہے کہ سب سے پہلے والدین کو خود اس مسئلے کے بارے میں مکمل آگاہی ہو تاکہ وہ پہلے ہی سے اس معاملے کے بارے میں احتیاطی تدابیر اختیار کر سکیں۔ افسوسناک بات یہ ہے کہ جس قدر یہ چیز ہمارے معاشرے میں عام ہو رہی ہے، اسی قدر والدین اس معاملے سے لاعلم ہیں۔

② بچے کی آگاہی

آپ اپنے بچے کو سمجھائیں کہ اس کی شرمگاہ اس کے جسم کا خفیہ حصہ ہے، اس لیے اس کے علاوہ کسی کو حق نہیں پہنچتا کہ وہ اسے غیر ضروری طور پر دیکھے یا چھوئے۔ اگر کوئی شخص اس کے جنسی اعضاء کو ہاتھ لگائے یا شلوار میں ہاتھ ڈالے تو وہ فوراً اس کو سختی سے روک دے اور آپ کو آ کر بتائے، نیز آپ کو وقتاً فوقتاً خود بھی بچے سے پوچھتے رہنا چاہیے کہ کہیں کوئی شخص اس کے جنسی اعضاء کو ہاتھ تو نہیں لگاتا۔

③ اندھا دھند فرماں برداری

ہم اپنے بچوں کو بڑوں کی عزت کرنے اور ان کا کہا ماننے کی تربیت دیتے ہیں، لیکن ساتھ ہی انھیں یہ بھی سمجھانا چاہیے کہ بڑوں کی عزت کا مطلب ان کی اندھا دھند فرماں برداری نہیں ہے۔ اگر کوئی بڑا ان سے کوئی غلط کام کرنا یا کروانا چاہے تو انھیں

اسی وقت انکار کر دینا چاہیے اور فوری طور پر اپنے والدین کو بتانا چاہیے۔

④ والدین سے کوئی راز نہیں چھپانا چاہیے

بچوں کو بتانا چاہیے کہ ان کے لیے قابل اعتبار صرف والدین ہی ہوتے ہیں۔ والدین اور بچوں کے درمیان کوئی بھی چیز راز نہیں ہوتی اور انھیں اپنی تمام باتیں صرف اور صرف والدین ہی کو بتانی چاہئیں اور وقتاً فوقتاً بچوں سے ان کے روز مرہ معمولات کی رپورٹ لیتے رہنا چاہیے۔

⑤ بچوں کی بات کا اعتبار کرنا چاہیے

اگر بچہ والدین کو کوئی بات بتائے تو والدین کو اس کی بات کا اعتبار کرنا چاہیے۔ اگر بچہ اپنے کسی قریبی رشتہ دار، مثلاً: چچا، ماموں اور کزن وغیرہ کے غیر اخلاقی رویے کی شکایت کرے تو اس کی بات کا اعتبار کرنا چاہیے اور معاملے کی تحقیق اور چھان بین کرنی چاہیے، کیونکہ بچے کو سب سے زیادہ خطرہ اپنے قریبی رشتہ داروں ہی سے ہوتا ہے۔

⑥ بڑے لڑکوں سے دوستی

بچوں کو صرف اپنے ہم عمر بچوں ہی سے دوستی کی اجازت دینی چاہیے۔ اگر آپ اپنے بچے کی دلچسپی اپنے سے بڑی عمر کے کسی لڑکے یا لڑکی سے دیکھیں تو اسے سختی سے منع کریں۔

⑦ گھریلو ملازمین پر خصوصی نظر رکھیں

والدین کو گھریلو ملازمین پر خصوصی نظر رکھنی چاہیے اور بچوں کو کبھی گھریلو ملازم کے ساتھ اکیلا نہیں چھوڑنا چاہیے، نیز ملازم کے بچے سے برتاؤ اور رویے پر خصوصی نظر رکھنی چاہیے۔ اسی طرح بچے کو ڈرائیور کے ساتھ اکیلا کہیں نہیں بھجوانا چاہیے اور نہ

گاڑی ہی میں ڈرائیور کے ساتھ اکیلا چھوڑنا چاہیے۔ اگر آپ سکول کے لیے رکشہ لگوانا چاہیں تو بھی اکیلے بچے کو نہیں بھجوانا چاہیے بلکہ ایسا رکشہ لگوائیں جو چند دوسرے بچوں کو بھی ساتھ لے کر جاتا ہو اور بچوں کو رکشہ ڈرائیور کے ساتھ سکول کے علاوہ کسی اور جگہ جانے کی ہرگز اجازت نہ دیں۔ اگر کوئی بھی بغیر کسی وجہ کے خوامخواہ بچے کو کھانے پینے کی اشیاء اور تحائف دے تو اسے سختی سے ایسا کرنے سے منع کر دیں۔

⑧ جیب خرچ کی نگرانی

عام طور پر لوگ سب سے پہلے بچے سے دوستی اور بے تکلفی پیدا کرنے کی کوشش کرتے ہیں جس کے لیے وہ بچے کو کھانے پینے کی اشیاء، مثلاً: ٹافیاں، بسکٹ یا دیگر تحائف دے کر آغاز کرتے ہیں اور ان چیزوں کے لالچ میں بچہ ان کا بآسانی شکار ہو جاتا ہے، اس لیے اگر آپ بچے کے پاس روزمرہ معمول کے جیب خرچ کے علاوہ پیسے یا کھانے پینے کی چیزیں دیکھیں تو اس کے بارے میں خصوصی طور پر پوچھ گچھ کریں اور بچے کو متعلقہ شخص سے کچھ بھی لینے سے منع کر دیں۔

⑨ بلوغت کے قریب ملازمین

ایک بچہ جب بلوغت کی عمر کو پہنچتا ہے تو اس میں فطری طور پر جنسی معاملات کے بارے میں تجسس پایا جاتا ہے اور وہ جنسی امور کے بارے میں جاننے میں زیادہ دلچسپی رکھتا ہے، اس لیے اگر آپ کے گھر میں چھوٹے بچے ہوں تو ایسے ملازمین جو بلوغت کی عمر میں پہنچنے والے ہوں، ان پر خصوصی نظر رکھیں اور شادی شدہ ملازمین کو بھی وقتاً فوقتاً چند دنوں کی چھٹی ضرور دی جائے تاکہ وہ اپنے گھر والوں سے بآسانی ملاقات کر سکیں اور ایسے عوامل پیدا نہ ہوں جو انھیں جنسی استحصال کی طرف راغب کریں۔

⑩ بچے کو گھر سے باہر اکیلا نہ جانے دیں

بچے کو گھر سے باہر اکیلا کبھی نہ جانے دیں اور جب بھی کسی کام سے بھیجیں دو یا دو سے زیادہ بچوں کو اکٹھا بھیجیں چاہے آپ کو اپنے ہمسائے کے گھر ہی بھجوانا ہو، پھر ان میں سے بڑے بچے کو اپنے چھوٹے بھائی یا بہن کی حفاظت کی ذمہ داری سونپیں، اس طرح اس میں اعتماد پیدا ہوگا اور اپنی اور اپنے بھائی بہن کی حفاظت کا شعور پیدا ہوگا۔

⑪ گھر پر پڑھانے والے استاد کی نگرانی

ہمیشہ کوشش کرنی چاہیے کہ استاد شادی شدہ یا بڑی عمر کا ہو اور استاد جب بھی بچوں کو پڑھانے کے لیے آئے تو کمرے کا دروازہ ضرور کھلا رکھیں اور وقتاً فوقتاً دروازے سے جھانک کر دیکھتے رہنا چاہیے تا کہ بچوں اور استاد کو پتہ ہو کہ ان کی نگرانی کی جا رہی ہے حتیٰ کہ قرآن مجید پڑھانے والے شخص پر بھی نظر رکھیں۔

حرف آخر

بچوں کا جنسی استحصال ہمارے معاشرے کا ایک بہت ہی اہم مسئلہ ہے اور اس سے بے پروائی کسی بڑے نقصان کا پیش خیمہ ہو سکتی ہے۔ ہم اپنی تھوڑی سی توجہ سے اپنے بچوں کا مستقبل محفوظ کر سکتے ہیں۔ عام طور پر یہ تصور پایا جاتا ہے کہ یہ صرف مغربی معاشرے ہی کا مسئلہ ہے جبکہ حقیقت میں ایسا نہیں ہے بلکہ مشرقی معاشرے میں بھی یہ مسئلہ عام ہوتا جا رہا ہے۔ چونکہ مشرقی معاشرے میں بچوں کا استحصال شرمناک تصور کیا جاتا ہے، اس لیے اسے منظر عام پر ہی نہیں لایا جاتا بلکہ چھپانے کی کوشش کی جاتی ہے اور استحصال کی صورت میں بدنامی کے ڈر سے پولیس اور متعلقہ اداروں کو اطلاع ہی نہیں کی جاتی اور کسی بھی قسم کی کارروائی نہ ہونے کی صورت میں مجرم مزید دلیر ہو کر عادی مجرم بن جاتا ہے۔

باب دوم

بلوغت اور اس کے مسائل

بلوغت کے نفسیاتی اثرات (Psychological Aspects of Puberty)

بچپن سے جوانی میں داخل ہونے کے دوران میں نمودار ہونے والی جسمانی، نفسیاتی اور معاشرتی تبدیلیوں کو بلوغت کہا جاتا ہے۔ بلوغت کے دوران میں جسمانی تبدیلیوں کے ساتھ نفسیاتی، تعلیمی اور معاشرتی تبدیلیوں کا بھی سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ہم یہاں چند نمایاں تبدیلیوں کا تذکرہ کرتے ہیں۔

① بہت زیادہ حساس ہونا (Oversensitivity)

بلوغت کے دوران میں آپ کے جسم میں بہت سی تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں جن سے آپ بے چینی محسوس کرتے ہیں اور اپنی جسمانی ساخت کے بارے میں بہت حساس اور وہمی ہو جاتے ہیں، (مثلاً: چہرے کے دانے، کیل مہاسے اور شرمگاہ کے بال) اور بہت آسانی سے اداس یا ذہنی دباؤ (Depression) کا شکار ہو جاتے ہیں۔

② بے یقینی کی کیفیت

بلوغت کا آغاز ایک ایسا مرحلہ ہے جس میں آپ پر بے یقینی کی کیفیت ہوتی ہے،

یعنی آپ کو نہ بچہ سمجھا جاتا ہے اور نہ بڑا ہی شمار کیا جا سکتا ہے۔ تبدیلی کے اس مرحلے پر آپ اپنے مستقبل، تعلیم، کیریئر اور شادی کے بارے میں سوچنا شروع کر دیتے ہیں جو کہ بے یقینی کی سی کیفیت کا باعث ہوتا ہے اور اس کیفیت میں اس وقت اضافہ ہو جاتا ہے جب آپ کے قریبی افراد آپ سے مختلف قسم کی امیدیں وابستہ کر لیتے ہیں۔ اس مرحلے پر آپ کو اپنے کسی قریبی عزیز اور والدین کی رہنمائی کی بہت ضرورت ہوتی ہے۔

③ اختلافات پیدا ہونا

بلوغت چونکہ بچپن اور جوانی کا درمیانی مرحلہ ہوتا ہے جس میں آپ کو نہ تو بچہ شمار کیا جاتا ہے اور نہ مکمل بالغ مرد۔ اس مرحلے میں آپ اپنے آپ کو ایک خود مختار فرد سمجھنا شروع کر دیتے ہیں جس سے بسا اوقات آپ کے اور آپ کے والدین کے درمیان اختلافات پیدا ہو جاتے ہیں۔

④ دوستوں سے زیادہ قربت

اس مرحلے پر آپ اپنے والدین کے بجائے اپنے ہم عمر دوستوں سے زیادہ قربت محسوس کرتے ہیں کیونکہ وہ بھی آپ کی طرح ہی تبدیلیوں کے اسی دور سے گزر رہے ہوتے ہیں۔

⑤ مزاج میں تبدیلی

بلوغت کے دوران میں چونکہ آپ کے جسم کے ہارمون لیول میں بہت زیادہ تبدیلی پیدا ہوتی ہے، لہٰذا اس سے آپ کے مزاج میں بہت جلد تبدیلی آجاتی ہے، مثلاً: کبھی بہت زیادہ خوش ہونا اور کبھی بہت زیادہ اداس ہو جانا۔ اس مرحلے میں آپ بہت معمولی باتوں پر بھی بہت جلد پریشانی اور اداسی کا شکار ہو جاتے ہیں۔

⑥ ہم عمر افراد اور دوستوں سے موازنہ

بلوغت کے دوران میں آنے والی تبدیلیوں اور نشوونما کی رفتار ہر فرد میں دوسرے فرد سے مختلف ہوتی ہے، اس لیے آپ میں آنے والی تبدیلیوں اور نشوونما کی رفتار آپ کے ہم عمر یا ہم جماعت افراد اور دوستوں سے مختلف ہو سکتی ہے اور ایسا موازنہ پریشانی کا باعث ہو سکتا ہے۔ ایسا عام طور پر لڑکیوں میں ہوتا ہے، کیونکہ ان میں بلوغت کی علامات (مثلاً: چھاتیوں کا ابھرنا اور کولہوں کا موٹا ہونا وغیرہ) واضح طور پر محسوس کی جا سکتی ہیں۔

بلوغت کے بارے میں رہنمائی سینٹر (Adolescent Help Centre)

بلوغت کے دوران میں پیش آنے والے مسائل کے بارے میں درست معلومات اور رہنمائی کے لیے حکومت پنجاب نے مختلف شہروں میں ہیلپ سینٹر قائم کیے ہیں جن میں تربیت یافتہ سائیکالوجسٹ سے مفت مشورہ اور معلومات کے لیے رابطہ کیا جا سکتا ہے۔ یہ ہیلپ سینٹر درج ذیل ہسپتالوں میں قائم کیے گئے ہیں۔

① لیڈی ولنگڈن ہسپتال، لاہور

② سروسز ہسپتال، لاہور

③ جنرل ہسپتال، لاہور

④ سر گنگا رام ہسپتال، لاہور

⑤ نس بندی ٹریننگ سنٹر، میو ہسپتال، لاہور

⑥ بہاول وکٹوریہ ہسپتال (B.V.H)، بہاولپور

⑦ نشتر ہسپتال، ملتان

⑧ ڈی ایچ کیو ہسپتال، سرگودھا

⑨ ڈی ایچ کیو ہسپتال، ڈیرہ غازی خان

⑩ ڈی ایچ کیو ہسپتال، فیصل آباد

⑪ ڈی ایچ کیو ہسپتال، گجرات

⑫ ڈی ایچ کیو ہسپتال، ساہیوال

⑬ ڈی ایچ کیو ہسپتال، سیالکوٹ

⑭ ڈی ایچ کیو ہسپتال، رحیم یار خان

⑮ بینظیر بھٹو ہسپتال، راولپنڈی

لڑکیوں میں بلوغت (Puberty in Females)

لڑکیوں میں بلوغت کا مرحلہ عام طور پر آٹھ سال کی عمر سے شروع ہوتا ہے اور پندرہ سال کی عمر تک جاری رہتا ہے۔ عام طور پر اکثر لڑکیاں تیرہ سال کی عمر تک بالغ ہو جاتی ہیں۔ بلوغت کے وقت لڑکیوں کے جسم میں مختلف تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں جو درج ذیل ہیں:

① زیرِ ناف اور بغلوں میں بال اُگنا

بلوغت کے آغاز میں زیرِ ناف اور بغلوں میں بال نمودار ہوتے ہیں جو شروع میں تھوڑے سے ہی ہوتے ہیں اور آہستہ آہستہ زیادہ ہونے لگتے ہیں۔ بچے ان بالوں کے نمودار ہونے پر پریشان ہو جاتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ ایسا صرف ان کے ساتھ ہو رہا ہے۔ تقریباً دو سال کے عرصے میں تمام بال مکمل طور پر آ جاتے ہیں۔

ان بالوں کو ضرور صاف کر لینا چاہیے۔ بغلوں کے بالوں کے لیے بہتر ہے کہ ان بالوں کو ویکس (Wax) یا اسی قسم کی کسی اور چیز سے اکھاڑ لیا جائے کیونکہ انھیں اکھاڑنے ہی کی ترغیب دی گئی ہے۔ ویسے بھی شیو کرنے یا بال صفا کریم کے استعمال سے بغلوں کی جلد کی رنگت سیاہ اور بدنما ہو جاتی ہے۔ اگر اکھیڑنے سے زیادہ تکلیف ہو تو انھیں کسی بھی ذریعے سے صاف کرلیا جائے۔ اسی طرح زیر ناف بال بھی کسی بھی طریقے سے صاف کیے جا سکتے ہیں۔ ہمارے ہاں ایک تصور پایا جاتا ہے کہ خواتین کے لیے بالوں کی صفائی کے لیے لوہے کی اشیاء، مثلاً: قینچی یا سیفٹی ریزر کا استعمال جائز نہیں جو بالکل غلط ہے۔ صفائی کے لیے مقررہ مدت کا خیال رکھنا چاہیے۔ اسی طرح بالوں کی صفائی کے بعد غسل کرنا یا جسم پر پانی ڈالنا بھی فرض نہیں ہے۔

ان بالوں کی صفائی کی حد شریعت میں چالیس دن مقرر ہے، اس لیے انھیں چالیس دنوں کے اندر ضرور صاف کر لینا چاہیے۔

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمارے لیے مونچھیں کاٹنے، ناخن تراشنے، زیر ناف بال مونڈنے اور بغلوں کے بال اکھیڑنے کے لیے وقت مقرر کر دیا ہے کہ ہم ان کو چالیس دن سے زیادہ نہ چھوڑیں۔ (صحیح مسلم، حدیث: 258، وسنن النسائي، حديث: 14)

② بہت زیادہ پسینہ آنا اور جسمانی بو میں اضافہ ہونا

آغازِ بلوغت کے دنوں میں آپ کے جسمانی اعضاء کی کارکردگی میں بہت اضافہ ہو جاتا ہے اور جسمانی بو میں بھی شدت آجاتی ہے، اس لیے آپ کو زیادہ نہانا چاہیے اور بغلوں کی بو کے لیے ہر بار نہانے کے بعد رول آن (Antiperspirant Roll On)

استعمال کریں، نیز بغلوں کے بال اکھاڑنے سے بھی بو میں کمی ہو جاتی ہے۔

③ جنسی اعضاء کی ساخت میں تبدیلی

بلوغت کے وقت عورت کے جنسی اعضاء مکمل (Mature) ہو جاتے ہیں اور ان کی ساخت میں تبدیلی پیدا ہو جاتی ہے۔

④ چہرے کی جلد کا چکنا ہونا اور چہرے پر دانے اور کیل مہاسے نکلنا

بلوغت کے دوران میں انسان کے جسم میں بہت زیادہ ہارمون پیدا ہوتے ہیں، اس لیے ان دنوں میں چہرے کی جلد چکنی محسوس ہوتی ہے اور اس پر دانے اور کیل مہاسے نکل آتے ہیں۔ عام طور پر یہ شکایت بلوغت کے بعد دور ہو جاتی ہے۔

⑤ چھاتیوں کا بڑھنا

بلوغت کے وقت لڑکیوں کی چھاتیاں بڑھنا شروع ہو جاتی ہیں۔ بعض اوقات دونوں چھاتیوں کے بڑھنے کی رفتار مختلف بھی ہو سکتی ہے، لیکن آخر کار دونوں کا سائز برابر ہو جاتا ہے۔ سب سے پہلے نپل میں تبدیلی پیدا ہوتی ہے، نپل میں سوجن اور سختی پیدا ہوتی ہے اور وہ نمایاں اور ابھری ہوئی محسوس ہوتی ہیں، اس لیے لڑکیوں کو چاہیے کہ وہ اس مرحلے میں قمیض کے نیچے چھوٹی بنیان (بی۔ڈی) ضرور پہنیں۔

⑥ اندامِ نہانی سے پانی کا اخراج (Vaginal Discharge)

بلوغت کے دوران میں لڑکیوں کی اندامِ نہانی (آگے کی شرمگاہ) سے پانی کا اخراج شروع ہو جاتا ہے۔ اس اخراج کو لیکوریا کہا جاتا ہے۔ یہ کوئی بیماری نہیں ہے۔ اس کی وضاحت آگے آ رہی ہے۔

⑦ ماہواری (حیض) آنا (Menses)

ماہواری، اندام نہانی سے ہر ماہ خون کے اخراج کو کہتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کا جسم اس قابل ہو چکا ہے کہ آپ کو حمل ٹھہر سکے۔

⑧ ماہواری آنے کا وقت

ماہواری شروع ہونے کا کوئی باقاعدہ وقت نہیں بتایا جا سکتا۔ ماہواری کا وقت ہر لڑکی میں مختلف ہوتا ہے۔ عام طور پر تیرہ سے پندرہ سال کی عمر کے دوران میں ماہواری شروع ہو جانی چاہیے۔ اگر سولہ سال کی عمر کے بعد بھی ماہواری شروع نہ ہو تو ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

احتیاط

(i) اگر لڑکی کو ماہواری کے بارے میں پہلے سے معلومات نہ ہوں تو وہ بہت پریشان ہو جاتی ہے، اس لیے ماں، بڑی بہن یا کسی بھی قریبی عزیزہ کو چاہیے کہ وہ بچی کو مناسب وقت پر اس کے بارے میں ضرور بتائے تا کہ وہ اچانک ماہواری آنے پر پریشان نہ ہو۔

(ii) ماہواری آنے سے چند ماہ پہلے آگے کی شرمگاہ (Vagina) سے پانی کا اخراج شروع ہو جاتا ہے جس کا مطلب ہے کہ ماہواری کا وقت قریب ہے، اس صورت میں ماں کو چاہیے کہ وہ خاص طور پر محتاط رہے اور سفر کی صورت میں اپنے ساتھ اور سکول جاتے بچی کے سکول بیگ میں ایک انڈر ویئر اور پیڈ یا کپڑا ضرور رکھے تا کہ اچانک ماہواری آنے کی صورت میں پریشانی کا سامنا نہ کرنا پڑے۔

عورت کا تولیدی نظام (Female Reproductive System)

عورت کا تولیدی نظام درج ذیل اعضاء پر مشتمل ہوتا ہے:

اندام نہانی (Vagina)

بیضہ دانی یا انڈہ دانی (Ovary)

بیضہ دانی نالیاں (Fallopian Tubes)

(خاندانی منصوبہ بندی کے طریقے Tubal Ligation میں ان نالیوں کو کاٹ کر انڈہ دانیوں سے الگ کر دیا جاتا ہے تاکہ انڈہ رحم تک نہ پہنچ سکے۔ ان نالیوں میں حمل ٹھہرنے پر شدید پیچیدگی کا خطرہ ہوتا ہے۔)

بچہ دانی یا رحم (Uterus)

بچہ دانی کا منہ (Cervix)

ماہواری کا نظام (Menses)

تقریباً ہر ماہ عورت ایسے دن گزارتی ہے جب اس کے رحم سے اندام نہانی کے ذریعے سے خون کا اخراج ہوتا ہے۔ اسے ماہواری کا نظام کہتے ہیں۔ اس نظام کے ذریعے سے عورت کا جسم خود کو حمل کے لیے تیار کرتا ہے۔ ماہواری کے دوران میں خون کا اخراج عام طور پر تین سے دس دن تک ہوتا ہے اور زیادہ سے زیادہ پندرہ دن تک ہوسکتا ہے، لیکن زیادہ تر خواتین میں ماہواری سات دنوں تک رہتی ہے اور اس کی مقدار شروع کے چند دنوں میں زیادہ ہوتی ہے جو آہستہ آہستہ کم ہوتے ہوتے بالکل ختم ہو جاتی ہے۔

ماہواری کا چکر (Menstrual Cycle)

ایک عورت کے جسم میں دو انڈے دانیاں (Ovaries) ہوتی ہیں اور ہر ماہ ان سے باری باری ایک انڈہ خارج ہوتا ہے۔ یہ انڈہ، بیضہ دانی سے خارج ہو کر نالی کے ذریعے سے رحم یا بچہ دانی میں داخل ہو جاتا ہے۔ ان دنوں کو زرخیز دن کہا جاتا ہے۔ اس مرحلے میں عورت کے مرد سے ہمبستری کے نتیجے میں حاملہ ہونے کے بہت زیادہ امکانات پائے جاتے ہیں۔ حمل ٹھہرنے پر عورت کے جسم میں ایک ہارمون (Progesterone) پیدا ہوتا ہے جو بچہ دانی کی اندرونی تہ کو حمل کے لیے تیار کرتا ہے، لیکن اگر انڈے کا مرد کے نطفے سے ملاپ نہ ہو تو یہ انڈہ اور بچہ دانی کی اندرونی تہ ٹوٹ کر خون کی صورت میں بہ نکلتی ہے جسے ماہواری کہتے ہیں۔ اس کے بعد ماہواری کے نئے چکر کا آغاز ہوتا ہے۔ ماہواری ختم ہونے پر یہ تہ دوبارہ بننا شروع ہو جاتی ہے اور انڈہ دانی سے نئے انڈے کے اخراج تک دوبارہ اپنی پہلی والی حالت میں واپس آ جاتی ہے۔

ماہواری کے مسائل

① بے قاعدگی

ماہواری کا نظام شروع ہونے کے بعد کچھ ماہ آپ ماہواری میں بے قاعدگی محسوس کر سکتی ہیں، مثلاً: چند ماہ مختلف تاریخوں میں ماہواری آنا یا کسی مہینے ماہواری نہ آنا۔ یہ معمول کی (Normal) بات ہے، لیکن اگر آپ ماہواری کا نظام شروع ہونے کے ایک سال بعد بھی بے قاعدگی محسوس کریں تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ اس کے علاوہ بچے کی پیدائش کے بعد بھی ماہواری میں بے قاعدگی اور خون کی مقدار یا ایام میں تبدیلی ایک نارمل بات ہے۔

② ماہواری نہ آنا

درج ذیل صورتوں میں ماہواری نہ آنا معمول کی بات ہے۔

(i) حمل ہونا۔

(ii) بچے کو دودھ پلانے کے دوران میں۔

(iii) خاندانی منصوبہ بندی کی گولیاں استعمال کرنے کے دوران میں۔

(iv) سن یاس (Men Qpause) (عمر رسیدگی میں ماہواری کا نظام بند ہونا) کے بعد۔

نوٹ: بغیر کسی واضح وجہ کے ماہواری میں بندش کی صورت میں ڈاکٹر سے ضرور رابطہ کریں، کیونکہ ذہنی دباؤ، بلوغت میں دیر ہونا، وزن بہت کم ہونا، بیضہ دانی کے مسائل اور بعض ادویات کا استعمال بھی ماہواری کی بندش کا سبب ہوسکتا ہے، اس لیے اگر آپ درج ذیل صورت حال محسوس کریں تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

(i) اگر آپ کی عمر سولہ سال یا اس سے زیادہ ہو اور ابھی تک ماہواری شروع نہ ہوئی ہو۔

(ii) عام طور پر ماہواری آتی ہو، لیکن چھ ماہ تک نہ آئی ہو۔

③ بہت زیادہ خون آنا

اکثر خواتین کو ماہواری کے پورے عرصے کے دوران میں تقریبا ایک کپ (30ml) خون کا اخراج ہوتا ہے اور عام طور پر خون کی مقدار ہر عورت میں دوسری عورت سے مختلف ہوتی ہے۔ لیکن اگر آپ خون کا بہاؤ بہت زیادہ محسوس کریں تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں، کیونکہ بچہ دانی میں تکلیف یا اسی قسم کے دیگر مسائل کی وجہ سے بھی ایسا ہوسکتا ہے۔

④ ماہواری کا دورانیہ

ماہواری کا دورانیہ تین سے لے کر دس دن تک ہوتا ہے اور زیادہ سے زیادہ پندرہ

دن تک ہوسکتا ہے، لیکن اکثر خواتین کو ماہواری سات دنوں تک آتی ہے، تاہم اگر آپ کی ماہواری دو دن ہو یا دس دنوں سے زیادہ ہو تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

⑤ ماہواری کی تاریخوں میں فرق

بچہ دانی کی تہ بننے اور ٹوٹنے کا چکر ہر عورت میں دوسری عورت سے مختلف ہوتا ہے۔ اس کا دورانیہ 20 دن سے لے کر 35 دن تک ہوسکتا ہے لیکن عام طور پر ماہواری کا چکر 28 دنوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ اسی بنا پر مختلف عورتوں میں ماہواری کے دنوں میں فرق ہوتا ہے۔ ماہواری کا چکر کم دنوں پر مشتمل ہونے کی وجہ سے ایک عورت کو ایک ہی ماہ میں دو دفعہ بھی ماہواری آسکتی ہے۔

⑥ ماہواری کے دوران میں درد

ماہواری کے دوران رحم سکڑ کر اندرونی تہ کو باہر نکالنے کی کوشش کرتا ہے جس سے کمر یا پیٹ کے نچلے حصے میں درد محسوس ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ بعض خواتین کو ماہواری آنے سے چند دن پہلے جسم کے نچلے حصے میں تناؤ اور بے چینی بھی محسوس ہوسکتی ہے۔ ماہواری کے دوران میں آپ درد کم کرنے کے لیے ان گولیوں میں سے کوئی سی بھی گولی استعمال کرسکتی ہیں۔

ایک گولی BRUFEN یا PONSTAN یا PANADOL

ماہواری ختم ہونے کی علامات

ماہواری ختم ہونے کے بعد عام عادت کی طرح اندام نہانی (Vagina) سے پانی کا اخراج شروع ہو جاتا ہے، اس لیے ماہواری کے آخری دن وقتاً فوقتاً چیک کرتی رہیں۔ اگر اندام سے نکلنے والا مادہ شفاف یا بے رنگ ہو تو غسل کرکے پاکیزگی

حاصل کر لینی چاہیے۔

ام المؤمنین عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ عورتیں ڈبیوں میں روئی رکھ کر ان کی خدمت میں بھیجتی تھیں جن میں زردی ہوتی تھی۔ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتیں کہ جلدی نہ کرو یہاں تک کہ صاف سفیدی دیکھ لو۔ اس سے ان کی مراد حیض کی پاکی ہوتی تھی۔

(صحيح البخاري، قبل حديث: 320)

سیدنا زید بن ثابت رضی اللہ عنہ کی بیٹی کو یہ بات معلوم ہوئی کہ عورتیں رات کے درمیان چراغ جلا کر دیکھتی ہیں کہ حیض سے پاک ہوئی ہیں یا نہیں، تو انھوں نے فرمایا: پہلی عورتیں (صحابیات) ایسا نہیں کرتی تھیں۔ اور انھوں نے اسے ناپسندیدہ خیال کیا۔ (صحيح البخاري، قبل حديث: 320)

ماہواری اور صفائی

ہمارے ہاں ماہواری کے دوران میں صفائی کا زیادہ خیال نہیں رکھا جاتا بلکہ ایک تصور عام ہے کہ ماہواری کے دنوں میں شرمگاہ دھونے سے موٹاپے کا خدشہ ہوتا ہے جو کہ بالکل بے بنیاد ہے۔ اس بات کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں، بلکہ مناسب صفائی نہ ہونے کے سبب جراثیم سے متاثر ہونے (Infection) کا خطرہ ہوتا ہے۔ ماہواری کے دوران میں صفائی کا خاص طور پر خیال رکھنا چاہیے۔ ان دنوں میں عام دنوں کی نسبت زیادہ نہانا چاہیے اور وقتاً فوقتاً پیڈ اور انڈر ویئر ضرور تبدیل کرتے رہنا چاہیے اور انڈر ویئر ہمیشہ اپنی جسامت کی مناسبت سے خریدنا چاہیے تاکہ تنگی نہ ہو۔

ہمارے ہاں ماہواری کے دوران میں استعمال ہونے والے زیر جاموں (Panties) پر بہت کم توجہ دی جاتی ہے، حالانکہ ایک عورت نے اپنی زندگی کا چوتھائی حصہ اسی

حالت میں گزارنا ہوتا ہے، اس لیے زیر جامے خریدتے ہوئے اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ وہ اچھی کوالٹی اور مناسب سائز کے ہوں، نیز خریدنے سے پہلے اس بات کی اچھی طرح تسلی کر لیں کہ ان کا الاسٹک نرم اور لچکدار ہو تا کہ پہننے پر تنگی کا باعث نہ ہوں۔ مارکیٹ میں مختلف کمپنیوں کے انڈرویئر مختلف سائزوں میں بآسانی دستیاب ہیں، نیز انھی کمپنیوں کی مصنوعات آپ انٹرنیٹ سے بھی خرید سکتی ہیں۔ ہمیشہ اچھی اور معیاری کمپنیوں ہی کے زیر جامے خریدنے چاہئیں کیونکہ وہ زیادہ آرام دہ ہوتے ہیں۔

ٹوٹکا

اگر آپ ماہواری کے دوران میں بازار میں دستیاب پیڈ کے بجائے کپڑا استعمال کرنا چاہیں تو کپڑا رکھنے سے پہلے ایک عدد پلاسٹک شاپر (لفافہ) بھی کپڑے کے پیچھے رکھ لیں۔ اس سے آپ کے باقی کپڑے خراب نہیں ہوں گے۔

حیض کے اسلامی احکام

حیض کے بارے میں رسول کریم ﷺ نے فرمایا ہے:

''یہ ایک ایسی چیز ہے جو اللہ تعالیٰ نے آدم علیہ السلام کی بیٹیوں پر لکھ دی ہے۔''

(صحيح البخاري، حديث : 294)

نماز اور روزہ

حیض کے دوران میں نماز پڑھنا اور روزہ رکھنا منع ہے۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

''جب عورت حائضہ ہوتی ہے تو وہ نہ نماز پڑھتی ہے اور نہ روزہ رکھتی ہے۔''

(صحيح البخاري، حديث :304)

حیض کے دوران میں چھوڑی ہوئی نمازوں کی کوئی قضا نہیں، لیکن چھوڑے ہوئے روزے پاکیزگی حاصل کرنے کے بعد ضرور پورے کیے جائیں، کیونکہ قضا روزے معاف نہیں ہیں حتی کہ اگر کوئی عورت فوت ہو جائے اور اس کے ذمے روزے واجب الادا ہوں تو یہ روزے اس کا وارث اس کی جگہ رکھ کر پورے کرے گا۔

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ہم عورتوں کو حیض آتا تھا تو ہمیں روزوں کی قضا کا حکم دیا جاتا تھا اور نماز کی قضا کا حکم نہیں دیا جاتا تھا۔ (صحيح مسلم، حديث: 335)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا ہی سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جو شخص فوت ہو جائے اور اس کے ذمے روزے ہوں تو اس کا ولی (وارث) اس کی طرف سے روزے رکھے گا۔'' (صحيح البخاري، حديث: 1952، وصحيح مسلم، حديث: 1147)

حائضہ اور قرآن پاک کی تلاوت

حیض کی حالت میں زبانی قرآن پاک کی تلاوت کی جاسکتی ہے، تاہم قرآن مجید کو چھونے اور کھول کر پڑھنے سے اجتناب کرنا چاہیے۔ اسی طرح روزمرہ کی دعائیں اور ذکر اذکار بھی پڑھے جاسکتے ہیں۔

سیدنا ابو وائل رحمہ اللہ اپنی خادمہ کو حیض کی حالت میں سیدنا ابو رزین رحمہ اللہ کے پاس بھیجتے تھے اور وہ ان کے یہاں سے (غلاف میں لپٹے ہوئے) قرآن مجید کو اس کی ڈوری سے پکڑ کر لے آتی۔ (صحيح البخاري، قبل حديث: 297)

حائضہ کے ساتھ کھانا پینا

سیدنا انس رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ یہودیوں کے ہاں جب کسی عورت کو حیض آتا تو وہ اس عورت کے ساتھ کھانا پینا ترک کر دیتے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''(اے مسلمانو!)

تم جماع کے سوا ہر قسم کا فعل عورت کے ساتھ کر سکتے ہو۔'' (صحيح مسلم، حديث:302)

رسول اکرم ﷺ نے اپنی ایک حائضہ بیوی سے فرمایا: ''بلاشبہ تیرا حیض تیرے ہاتھ میں نہیں ہے۔'' (جامع الترمذي، حديث: 134)

حائضہ اور مسجد

حائضہ عورت کا مسجد میں داخلہ ممنوع ہے۔ اس موضوع سے متعلقہ روایات اگرچہ ضعیف ہیں، تاہم حائضہ کو مسجد سے گریز کرنا چاہیے جیسا کہ آئندہ حدیث میں انھیں جائے نماز سے الگ رہنے کا حکم ہے۔

حائضہ اور عید گاہ

عید کے دن عید گاہ جانا ہر مسلمان مرد اور عورت پر فرض ہے۔ حائضہ عورت کے لیے حکم ہے کہ وہ بھی عید گاہ ضرور جائے، لیکن نماز کے وقت وہ نماز کی جگہ سے دور ہو کر بیٹھے۔ یہی حکم نفاس والی عورت (جس کے ہاں بچے کی پیدائش ہوئی ہو) کا ہے۔

سیدہ ام عطیہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ہمیں حکم ہوتا تھا کہ عید کے لیے خود بھی نکلیں اور حیض والی، نوجوان اور پردہ نشین عورتوں کو بھی باہر نکالیں۔ پس وہ مسلمانوں کی جماعت اور ان کی دعاؤں میں شریک ہوتی تھیں، البتہ نماز پڑھنے کی جگہ سے علیحدہ رہتی تھیں۔ (صحيح البخاري، حديث:981)

حفصہ بنت سیرین رحمہا اللہ سیدہ ام عطیہ رضی اللہ عنہا سے بیان کرتی ہیں کہ نبیِ کریم ﷺ نے فرمایا: ''جوان لڑکیاں، پردہ نشین خواتین اور حیض والی عورتیں عیدگاہ جائیں، خیر کی مجلس، نیز مسلمانوں کی دعاؤں میں شریک ہوں، البتہ حائضہ عورتیں نماز کی جگہ سے علیحدہ رہیں۔'' (صحيح البخاري، حديث: 324)

حیض کے دوران میں استعمال ہونے والا لباس

سیدہ اسماء بنت ابوبکر رضی اللہ عنہا سے روایت ہے، وہ کہتی ہیں کہ ایک عورت نبیِ کریم ﷺ کے پاس آئی اور عرض کیا: بتائیے ہم میں سے اگر کسی عورت کو حیض آئے اور کپڑے کو لگ جائے تو وہ کیا کرے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ''اسے کھرچ ڈالے، پھر پانی ڈال کر رگڑے اور دھو ڈالے، پھر اس میں نماز پڑھ لے۔'' (صحيح البخاري، حديث : 227)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ہمیں حیض آتا تو کپڑے کو پاک کرتے وقت ہم خون کو مل دیتیں، پھر اس جگہ کو دھو لیتیں اور تمام کپڑے پر پانی بہا دیتیں اور پھر اسے پہن کر نماز پڑھتیں۔ (صحيح البخاري، حديث :308)

حیض اور مباشرت

حیض کی حالت میں مباشرت (جماع) کرنا حرام ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: ''اور (اے نبی!) لوگ آپ سے حیض کے بارے میں سوال کرتے ہیں، کہہ دیجیے: وہ تو گندگی ہے۔ تم حیض (کی حالت) میں عورتوں سے الگ رہو اور ان سے مباشرت نہ کرو یہاں تک کہ وہ پاک ہو جائیں، پھر جب وہ خوب پاک ہو جائیں تو ان کے پاس جاؤ جہاں سے اللہ نے تمھیں حکم دیا ہے۔ بے شک اللہ بہت توبہ کرنے والوں کو پسند کرتا ہے اور خوب پاک صاف رہنے والوں کو پسند کرتا ہے۔'' (البقرة 222:2)

رسول اللہ ﷺ نے حیض کے بارے میں فرمایا: ''تم جماع کے سوا سب کچھ کر سکتے ہو۔'' (صحيح مسلم، حديث :302)

غسل سے قبل مباشرت

حیض سے پاک ہونے کے بعد غسل سے پہلے عورت سے مباشرت (جماع) کرنے سے اجتناب کرنا چاہیے۔ قرآن مجید کے الفاظ ''پھر جب وہ خوب پاک ہوجائیں'' سے یہی معلوم ہوتا ہے کہ غسل کرنے سے پہلے مباشرت جائز نہیں ہے۔ امام طبری رحمہ اللہ نے اس پر علماء کا اجماع ذکر کیا ہے۔

سالم بن عبداللہ بن عمر اور سلیمان بن یسار رحمہما اللہ سے پوچھا گیا کہ حائضہ عورت جب پاک ہوجائے تو کیا اس کا خاوند اس کے غسل سے قبل مباشرت کرسکتا ہے تو انھوں نے کہا کہ نہیں جب تک کہ وہ غسل نہ کرلے۔ (الموطأ للإمام مالك، حديث: 96)

بعض علماء حیض سے پاک ہونے کے بعد عورت کے شرمگاہ کو دھولینے کے بعد مباشرت کو جائز قرار دیتے ہیں، لیکن پہلا موقف راجح ہے اور زیادہ احتیاط اسی میں ہے۔

غسل حیض فرض ہے

حیض سے پاکیزگی حاصل کرنے کے لیے غسل فرض ہے۔ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ وہ حیض سے فارغ ہوئیں تو نبیِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے فرمایا: ''اپنے بال کھول دو اور غسل کرو۔'' (سنن ابن ماجه، حديث :641)

غسل کا طریقہ

غسل کا طریقہ صفحہ: 170 پر ملاحظہ فرمائیں۔

داغ لگنا

اگر حیض کے دنوں کے علاوہ کسی بھی قسم کی رطوبت کا اخراج ہو، داغ لگے یا خون آئے تو یہ حیض شمار ہوگا نہ اس پر حیض کے احکام لاگو ہوں گے۔

سیدہ ام عطیہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے، وہ فرماتی ہیں کہ ہم مٹیالے پن اور زردی کو کچھ نہیں سمجھتی تھیں، یعنی حیض شمار نہیں کرتی تھیں۔ (صحيح البخاري، حديث: 326)

سیدہ ام عطیہ رضی اللہ عنہا ہی سے روایت ہے، وہ فرماتی ہیں کہ ہم حیض سے فراغت کے بعد زرد یا مٹیالے رنگ کی رطوبت کو کچھ نہیں سمجھتی تھیں، یعنی اس کو حیض شمار نہیں کرتی تھیں۔ (سنن أبي داود، حديث: 307)

حمل کے دوران میں خون

حمل کے دوران میں کسی بھی قسم کا خون (داغ لگنا) یا اسقاط حمل کا سبب بننے والا خون یا کسی حادثے کی بنا پر یا بوجھ اٹھانے سے یا گرنے سے جاری ہونے والا خون حیض نہیں بلکہ رگ کا خون ہے۔ اس صورت میں نماز اور روزے کی ممانعت نہیں ہے بلکہ یہ عورت پاک عورتوں میں شمار ہوگی۔

اندام نہانی سے پانی کا اخراج لیکوریا (Vaginal Discharge)

اندام نہانی سے ہر وقت ہلکا سا پانی خارج ہوتا رہتا ہے جو کبھی کم اور کبھی زیادہ ہوتا ہے، اسے لیکوریا کہا جاتا ہے۔ یہ معمول کی بات ہے۔ اکثر خواتین اسے بیماری سمجھتی ہیں اور ڈرتی ہیں کہ اس کا اخراج دراصل ہڈیاں گھُرنے کی وجہ سے ہے اور ان کی اس لاعلمی کا حکیم اور عطائی حضرات ناجائز فائدہ اٹھاتے ہیں۔

اخراج کیوں ہوتا ہے؟

اندام نہانی سے پانی کا اخراج دراصل اندام نہانی کی صفائی کا خودکار نظام ہے۔ اندام نہانی سے ہر وقت پانی کا اخراج اس لیے ہوتا ہے کہ اندام اپنے آپ کو صاف رکھے اور اس میں انفیکشن نہ ہو سکے۔ اندام نہانی سے اخراج عام طور پر شفاف یا سفید جیلی کی طرح ہوتا

ماہواری میں بے قاعدگی اور خون کا زیادہ اخراج یا استحاضہ

(Dysfunctional Uterine Bleeding)

اگر آپ کو ماہواری میں بہت زیادہ خون آئے یا ماہواری کے علاوہ بھی خون آئے تو ایسی صورت حال کو ماہواری کی بے قاعدگی (Dysfunctional Uterine Bleeding) کہتے ہیں۔ اس صورت حال میں خون کا زیادہ مقدار میں اخراج، داغ لگنا یا ماہواری میں بے قاعدگی شامل ہے۔

ماہواری میں بے قاعدگی اور بلوغت کا آغاز

عورت کی انڈہ دانیوں سے ہر ماہ باری باری ایک انڈہ خارج ہوتا ہے اور ہر بار انڈے کے اخراج کے بعد ایک ہارمون (Progesterone) پیدا ہوتا ہے۔ اگر کسی وجہ سے عورت کی انڈہ دانی سے انڈہ خارج نہ ہو پائے تو اس ہارمون کا اخراج نہیں ہو پاتا جس کی وجہ سے بچہ دانی (Uterus) کی دیوار موٹی ہونے لگتی ہے اور ماہواری آنے پر اندرونی دیوار ٹوٹنے کے سبب زیادہ مقدار میں خون کا اخراج ہوتا ہے۔

ماہواری کا نظام شروع ہونے کے بعد تقریباً دو سال تک 85 فیصد تک ماہواری انڈے کے اخراج کے بغیر ہو سکتی ہے، اس لیے ماہواری کا نظام شروع ہونے کے بعد کچھ عرصے تک اس میں بے قاعدگی اور خون کے زیادہ اخراج کی شکایت پائی جاتی ہے جو وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ ٹھیک ہو جاتی ہے۔

ماہواری میں بے قاعدگی کی دیگر وجوہات

- اندام نہانی یا بچہ دانی میں انفیکشن ہونا۔

- ہارمونی نظام میں خرابی پیدا ہونا۔
- بچہ دانی میں رسولیاں ہونا۔
- انڈہ دانی میں گڑ بڑ ہونا۔
- بچہ دانی میں چوٹ یا زخم کا ہونا۔
- خاندانی منصوبہ بندی کی گولیاں، ٹیکے یا بچہ دانی میں رکھوانے والے آلات کی وجہ سے۔
- بعض ادویات کی وجہ سے، مثلاً: مرگی کے علاج کے لیے اور خون کو پتلا کرنے والی ادویات۔
- گلھڑ (Thyroid)، گردے اور جگر کی بیماریاں۔
- بچہ دانی کے منہ (Cervix) کا کینسر۔

ماہواری کے خون کی مقدار

خواتین میں ماہواری کے دوران میں خون کے زیادہ اخراج کی شکایت عام پائی جاتی ہے۔ اکثر خواتین کو ماہواری کے دوران میں تقریباً ایک کپ (30-40 ملی لٹر) تک اخراج ہوتا ہے۔ جن خواتین میں زیادہ اخراج کی شکایت پائی جاتی ہے، ان میں خون کا اخراج (60-80 ملی لٹر) تک ہوتا ہے۔

نوٹ: خون کے زیادہ اخراج کی وجہ سے خون کی کمی ہوسکتی ہے، اس لیے اگر نیچے دی گئی علامات محسوس کریں تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ نیز ماہواری کے علاوہ کسی بھی قسم کا اخراج پیچیدگی کی علامت ہوسکتا ہے، اس لیے کسی بھی قسم کے خون کا اخراج محسوس

کریں تو ڈاکٹر سے ضرور رابطہ کریں۔

ماہواری میں پیچیدگی (استحاضہ) کی علامات

- پیٹ کے نچلے حصے میں مستقل درد۔
- خون کے ساتھ گٹھلیاں آنا۔
- دن میں کئی بار پیڈ یا کپڑا تبدیل کرنے کی حاجت ہونا۔
- تھکاوٹ، کمزوری اور سانس پھولنا۔
- روزمرہ معمول کے کام انجام دینے سے قاصر ہونا۔
- ماہواری کا دس دنوں سے زیادہ ہونا۔

استحاضہ کے اسلامی احکام

جمہور اہلِ علم کے نزدیک عورت کی معمول کی ماہواری چھ سے سات دن ہوتی ہے اور زیادہ سے زیادہ پندرہ دن تک ہوسکتی ہے، لہٰذا اس کے بعد خارج ہونے والا خون حیض کی بجائے استحاضہ شمار ہوگا۔ اگر ایک عورت کو معمول کے مطابق سات دن حیض آتا تھا تو وہ ماہواری میں گڑ بڑ کی صورت میں شروع کے سات دن حیض شمار کرے گی اور باقی دن استحاضہ ہوگا۔ حیض کے دن ختم ہونے پر غسل کر کے نماز اور روزہ شروع کرے گی۔ نیز اس حالت میں شوہر سے جسمانی تعلقات بھی قائم کیے جا سکتے ہیں۔

استحاضہ اور نماز

استحاضہ والی عورت ہر نماز کے لیے الگ وضو کرے گی، لیکن اگر وہ دو نمازیں اکٹھی

ملا کر پڑھ رہی ہو تو ایک ہی وضو کافی ہوگا، پھر وہ اگلی نماز کے لیے نیا وضو کرے گی۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''استحاضہ والی عورت حیض کے دنوں میں نماز چھوڑ دے، پھر غسل کرے اور ہر نماز کے لیے وضو کرے، روزہ رکھے، پھر نماز پڑھے۔''
(سنن ابن ماجه، حديث : 625)

نبی کریم ﷺ نے استحاضہ کی بیماری میں مبتلا ایک عورت سے فرمایا: ''یہ (حیض نہیں، بلکہ بیماری کی) ایک رگ ہے۔ جب حیض آئے تو ایام حیض میں نماز چھوڑ دو، اس کے بعد غسل کرلو اور ہر نماز کے وقت وضو کرلیا کرو خواہ چٹائی پر خون کے قطرے ٹپکتے رہیں۔''(سنن ابن ماجه، حديث : 624)

سیدہ فاطمہ بنت ابی حُبیش رضی اللہ عنہا سے رسول کریم ﷺ نے فرمایا: ''جب حیض کا خون آئے اور یہ سیاہ رنگ کا ہوتا ہے اور پہچان لیا جاتا ہے، چنانچہ جب یہ شروع ہو تو نماز نہ پڑھو اور جب اس کے علاوہ ہو تو وضو کر کے نماز پڑھ لو (کیونکہ وہ حیض نہیں، رگ کا خون ہے)۔''(سنن أبي داود، حديث :304)

کنواری لڑکی کو شروع سے استحاضہ کی شکایت ہو؟

اگر کنواری کو ماہواری کے آغاز ہی سے استحاضہ کی شکایت ہو اور اسے اپنے حیض کے دن معلوم نہ ہوں تو وہ کیا کرے؟ اس حوالے سے سیدہ حمنہ بنت جحش رضی اللہ عنہا کی روایت میں رہنمائی موجود ہے، وہ بیان کرتی ہیں کہ میں سخت قسم کے استحاضے میں مبتلا رہتی تھی جو کثرت سے آتا رہتا تھا۔ میں مسئلہ پوچھنے کے لیے آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئی تو آپ نے فرمایا: ''یہ دراصل شیطانی کچوکا ہے، لہٰذا تم (ہر مہینے) اللہ کے علم کے مطابق چھ یا سات دن حیض کے شمار کرلو، پھر غسل کرلو، یہاں تک کہ جب

تم خود کو پاک صاف سمجھو تو 23 یا 24 دن رات نماز پڑھو اور روزے رکھو، تمھیں یہ کافی ہے اور ہر مہینے ویسے ہی کیا کرو جیسا کہ عام عورتیں اپنے حیض اور پاکیزگی کے دنوں میں کرتی ہیں۔'' (جامع الترمذي، حديث : 128 ، و سنن أبي داود، حديث : 287)

چھاتیوں کا معاینہ

خواتین کو اپنی چھاتیوں کا وقتاً فوقتاً معاینہ کرتے رہنا چاہیے۔ معاینہ کرنے کے لیے ایک آئینے کے سامنے کھڑے ہو کر اپنے دونوں بازوؤں کو باری باری سر سے اوپر اٹھائیں اور اپنی دونوں چھاتیوں کو دبا کر اچھی طرح چیک کریں اور کسی بھی قسم کی تبدیلی، گلٹی کی موجودگی یا رطوبت کے اخراج پر ڈاکٹر (سرجن) سے رابطہ کریں۔ عام طور پر اکثر گلٹیاں کینسر نہیں ہوتیں، لیکن اگر آپ درج ذیل علامات محسوس کریں تو فوراً ڈاکٹر (سرجن) سے رابطہ کریں، کیونکہ یہ چھاتی کے کینسر کی علامات ہو سکتی ہیں:

- کسی ایک یا دونوں چھاتیوں میں گلٹی ہونا۔
- کسی ایک یا دونوں چھاتیوں کے سائز یا شکل میں تبدیلی پیدا ہونا۔
- نپل سے رطوبت کا اخراج جس میں خون شامل ہو۔
- کسی ایک یا دونوں بغلوں میں سوجن یا گلٹی کا پایا جانا۔
- نپل کے گرد خراش (ریش ہونا)، زخم یا خارش ہونا۔
- نپل کی ماہیت میں تبدیلی یا نپل کا اندر کی جانب مڑا ہوا ہونا۔
- چھاتیوں میں ڈمپل یا گڑھا (جیسا چہرے پر ہوتا ہے) ہونا۔
- چھاتیوں کا گرم ہونا، سرخ اور سوجا ہوا ہونا۔
- چھاتی میں کسی ایک مخصوص مقام پر تکلیف ہونا۔

لڑکوں میں بلوغت (Puberty in Boys)

لڑکوں میں بلوغت کا مرحلہ لڑکیوں کی نسبت دیر سے شروع ہوتا ہے اور ان کا قد بھی لڑکیوں کی نسبت دیر سے بڑھتا ہے۔ عام طور پر لڑکوں میں بلوغت کا مرحلہ نو سال کی عمر کے بعد شروع ہوتا ہے اور اس دوران میں درج ذیل تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں۔

① زیر ناف اور بغلوں کے بال اُگنا

بلوغت کے آغاز میں بغلوں میں اور زیر ناف بال نمودار ہونا شروع ہو جاتے ہیں جو شروع میں تھوڑے ہی ہوتے ہیں اور آہستہ آہستہ زیادہ ہونے لگتے ہیں۔ بچے ان بالوں کے نمودار ہونے پر خوفزدہ ہو جاتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ ایسا صرف ان کے ساتھ ہی ہو رہا ہے۔ تقریباً دو سال کے عرصے میں تمام بال مکمل طور پر آ جاتے ہیں۔ ان بالوں کی صفائی کی مدت اسلامی حساب سے زیادہ سے زیادہ چالیس دن مقرر ہے۔

سیدنا انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمارے لیے مونچھیں کاٹنے، ناخن تراشنے، زیر ناف بال مونڈنے اور بغل کے بال اکھیڑنے کے لیے وقت مقرر کر دیا ہے کہ ہم ان کو چالیس دن سے زیادہ نہ چھوڑیں۔ (صحیح مسلم، حدیث: 258، وسنن النسائي، حديث: 14)

سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''پانچ چیزیں فطرت کا حصہ ہیں، ختنہ کرانا، زیر ناف بال مونڈنا، مونچھیں کاٹنا، ناخن تراشنا اور بغل کے بال اکھیڑنا۔'' (صحيح البخاري، حديث: 5889، و صحيح مسلم، حديث: 257)

② بہت زیادہ پسینہ آنا

آغازِ بلوغت میں مرد کے جسمانی اعضاء کی کارکردگی میں بہت زیادہ اضافہ ہو جاتا ہے، اس لیے بہت زیادہ پسینہ آتا ہے اور جسمانی بو میں اضافہ ہو جاتا ہے، لہٰذا اُسے روزانہ نہانا چاہیے اور بغلوں میں بو کے لیے رول آن (Roll On) استعمال کرنا چاہیے۔

③ چہرے کی جلد کا چکنا ہونا اور کیل مہاسے ہونا

بلوغت کے دوران میں انسان کے جسم میں بہت زیادہ ہارمون پیدا ہوتے ہیں، اس لیے ان دنوں میں چہرے کی جلد چکنی محسوس ہوتی ہے اور اس پر دانے اور کیل مہاسے نکل آتے ہیں اور عام طور پر یہ شکایت بلوغت کے بعد دور ہو جاتی ہے۔

④ چہرے پر داڑھی اور مونچھوں کا آنا

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''مونچھیں اچھی طرح تراشو اور داڑھیاں بڑھاؤ۔'' (صحيح البخاري، حديث : 5893، و صحيح مسلم، حديث : 259)

سیدنا زید بن ارقم رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جو شخص اپنی مونچھوں کے بال نہ کاٹے وہ ہم میں سے نہیں۔'' (جامع الترمذي، حديث :2761، و سنن النسائي، حديث :13)

⑤ قد میں اچانک بہت زیادہ اضافہ ہونا اور جسم میں مردانہ پن پیدا ہونا۔

⑥ عضوِ تناسل (Penis) میں سختی اور تناؤ پیدا ہونا۔

⑦ احتلام ہونا (Wet Dream)۔

⑧ عضوِ تناسل اور فوطوں یا خصیوں (Testes) کے سائز میں اضافہ ہونا۔

مردانہ تولیدی نظام (Male Reproductive System)

عورت کے تولیدی نظام کے برعکس مرد کے تولیدی نظام کا زیادہ تر حصہ جسم کے باہر ہوتا ہے اور یہ عضو تناسل (Penis)، خصیوں (Testes) اور خصیوں کی تھیلیوں (Scrotums) پر مشتمل ہوتا ہے۔

مرد کے تولیدی اعضاء

① عضو تناسل (Penis)

یہ مرد کے جسم کا وہ حصہ ہے جو مباشرت یا جماع (Intercourse) کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ اسی کے ذریعے مرد کی منی عورت کے تولیدی نظام میں داخل ہوتی ہے۔ عضو تناسل کا اندرونی حصہ تین خالی خانوں (Chambers) پر مشتمل ہوتا ہے جو اسفنج نما ٹشو کے بنے ہوتے ہیں۔ جب جماع کا ارادہ ہو تو عضو تناسل میں خون کا بہاؤ زیادہ ہو جاتا ہے اور اسفنج نما خانوں میں موجود خلا خون سے بھر جاتا ہے جس کی وجہ سے عضو تناسل میں سختی اور تناؤ پیدا ہوتا ہے جو جماع میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ عضو تناسل میں پیشاب اور منی کے اخراج کے لیے ایک ہی نالی ہوتی ہے اور منی خصیوں سے نکل کر اس نالی کے ذریعے سے باہر آتی ہے اور جماع کے وقت زور سے خارج ہوتی ہے۔ اسے اِنزال کہتے ہیں۔

رسول اللہ ﷺ نے ایک صحابی سے فرمایا: ''جب تم زور سے پانی (منی) نکالو تو غسل کرو۔'' (سنن أبي داود، حديث: 206، و سنن النسائي، حديث: 193)

② فوطے یا خصیے (Testes)

مرد کے جسم میں دو خصیے ہوتے ہیں۔ان خصیوں میں نالیوں کا جال ہوتا ہے جن میں مردانہ جرثومے (Sperm Cells) بنتے ہیں۔اس کے علاوہ خصیے انسان کے جسم میں ایک ہارمون ٹیسٹوسٹیرون (Testosterone) بناتے ہیں جو انسان میں مردانہ خصوصیت پیدا کرتے ہیں، مثلاً: آواز میں بھاری پن، جسم اور سینے پر بال، داڑھی، مونچھیں اور جنسی فعل کی خواہش پیدا کرتے ہیں۔ جب ایک لڑکا بلوغت کی عمر کو پہنچتا ہے تو اس کے جسم میں یہ ہارمون زیادہ مقدار میں بننے لگتے ہیں جن کی وجہ سے اس میں مردانہ پن پیدا ہوتا ہے۔

③ خصیوں کی تھیلی (Scrotum)

خصیوں کو جرثوموں (Sperms) کی پیداوار کے لیے باقی جسم کی نسبت کم درجہ حرارت کی ضرورت ہوتی ہے، اس لیے یہ جسم سے باہر عضو تناسل کے پیچھے دو تھیلیوں میں موجود ہوتے ہیں۔ یہ تھیلیاں خصیوں کے لیے درجہ حرارت کنٹرول کرتی ہیں۔ اگر درجہ حرارت زیادہ ہو تو یہ تھیلیاں پھیل جاتی ہیں اور درجہ حرارت کم ہونے کی صورت میں سکڑ کر جسم کے ساتھ لگ جاتی ہیں تاکہ خصیوں کو جرثوموں کی پیداوار کے لیے مناسب درجہ حرارت مل سکے۔

منی (Semen)

سفید یا خاکستری رنگ (Grey) کا گاڑھا پانی جو جماع کے دوران عضو تناسل سے نکلتا ہے، منی کہلاتا ہے۔ منی کے ہر قطرے میں لاکھوں جرثومے موجود ہوتے ہیں،

اس لیے منی کا ایک قطرہ ہی عورت کو حاملہ کرنے کے لیے کافی ہے۔ منی میں موجود جرثوموں میں سے صرف ایک جرثومہ ہی عورت کے انڈے سے ملاپ کرتا ہے۔ عام طور پر ایک دفعہ کے انزال کے دوران خارج ہونے والی منی میں 200 تا500 ملین جرثومے ہوتے ہیں جو منی کا 2.5 فیصد حصہ ہوتے ہیں۔ اگر جماع میں وقفہ زیادہ ہو تو خارج ہونے والی منی میں جرثوموں کی تعداد زیادہ ہوتی ہے، لیکن مقدار میں بہت زیادہ اضافہ نہیں ہوتا۔

منی دراصل مرد کے خصیوں میں بنتی ہے۔ اس میں پروٹین کی زیادہ مقدار میں موجودگی کی وجہ سے اس کا رنگ دودھیا ہوتا ہے۔ نیم حکیم منی کو جوہر حیات اور قوت حیات سمجھتے ہیں اور خون کے 100 قطروں کو منی کے ایک قطرے کے برابر قرار دیتے ہیں جبکہ جدید تحقیق سے ثابت ہوا ہے کہ منی نہ قوت حیات ہے اور نہ خون سے قیمتی ہے۔ اسی طرح بعض لوگوں کے خیال میں بچے کی پیدائش کے لیے منی کا گاڑھا ہونا بہت ضروری ہے۔ اس کا بھی حقیقت سے کوئی تعلق نہیں کیونکہ حمل اور بچے کی پیدائش کا تعلق منی میں موجود جرثوموں سے ہوتا ہے، اس کا گاڑھا اور پتلا ہونا کوئی اہمیت نہیں رکھتا۔

منی کے رنگ میں تبدیلی

جوانی کے آغاز میں منی کا رنگ بالکل سفید ہوتا ہے جو عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ سفید رنگ سے ہلکے پیلے رنگ میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ اس کا مردانہ قوت سے کوئی تعلق نہیں ہے اور منی کے رنگ میں تبدیلی مردانہ کمزوری کی علامت نہیں ہے۔

منی میں خون اور پیپ آنا

بعض اوقات منی میں خون اور پیپ پائی جاتی ہے جو پراسٹیٹ غدود (Prostate

(Gland) اور منی کی تھیلیوں کے انفیکشن اور سوزش کی وجہ سے ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ کسی چوٹ کی وجہ سے بھی ایسا ہوسکتا ہے۔ ایسی صورت حال میں گردوں کے ڈاکٹر (Urologist) سے رابطہ کرنا چاہیے۔

منی کی مقدار میں اچانک کمی

مردانہ ہارمون (Testosterone) منی کی مقدار کو کنٹرول کرتے ہیں۔ اگر مردانہ ہارمون کم مقدار میں پیدا ہوں تو منی کی مقدار کم ہو جاتی ہے، اس لیے اگر آپ منی کی مقدار میں اچانک کمی محسوس کریں تو اس کی ایک وجہ مردانہ ہارمون کی کمی بھی ہوسکتی ہے۔

منی کے اسلامی احکام

رسول کریم ﷺ نے ایک صحابی سے فرمایا: ''اگر تم زور سے پانی (منی) نکالو تو غسل کرو۔'' (سنن أبي داود، حديث: 206، و سنن النسائي، حديث: 193)

اگر کپڑے پر منی لگ جائے

اگر کپڑے پر منی لگ جائے تو اسے دھو لینا چاہیے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ رسول کریم ﷺ کپڑے سے منی کو دھوتے اور پھر اسی کپڑے میں نماز کے لیے تشریف لے جاتے اور میں اس میں دھونے کا نشان دیکھ رہی ہوتی۔'' (صحيح البخاري، حديث: 229 و صحيح مسلم، حديث: 289)

مذی (Pre-cum)

مذی بغیر رنگ کا ایک شفاف مادہ ہوتا ہے جو پیشاب یا رفع حاجت یا انزال سے پہلے

یا رومانوی سوچ اور خیالات کے نتیجے میں عضو تناسل سے خارج ہوتا ہے۔ اس مادے کی مقدار کسی فرد میں کم اور کسی میں زیادہ ہوتی ہے، اسی طرح کسی میں گاڑھا اور کسی میں پتلا ہوتا ہے۔ اطباء کے نزدیک جریان مذی سے مختلف ایک بیماری ہے، لہٰذا یہاں اس کی وضاحت اور فرق بیان ضروری ہے۔

جریانِ منی یا جریان

یہ ایک مرض ہے جس میں پیشاب کے ساتھ بعد میں یا پہلے دھات (منی) نکلتی ہے۔ (فرہنگِ آصفیہ: 38/2)

مذی، منی اور وَدی میں فرق

مذی: اس لیس دار پتلے پانی کو مذی کہتے ہیں جو شہوت کے وقت لذت و جوش (ہیجان) کے بغیر (مرد کی) شرمگاہ سے نکلتا ہے اور بسا اوقات اس کے نکلنے کا احساس بھی نہیں ہوتا۔

منی: یہ مرد کی شرمگاہ سے اِنزال کے وقت لذت و جوش کے ساتھ خارج ہونے والا سفید پانی ہے جو انسانی تخلیق کا مادہ اور اصل ہے۔

ودی: یہ وہ گاڑھا، سفید، مٹیالے رنگ کا پانی ہے جو پیشاب سے قبل یا بعد میں خارج ہوتا ہے اور بغیر بُو کے ہوتا ہے۔ مذی یا ودی کی وجہ سے غسل فرض نہیں ہوتا، البتہ وضو ٹوٹ جاتا ہے۔ (نماز نبوی، دارالسلام، ص: 76، مخزن الجواہر (طبی لغات) از ڈاکٹر غلام جیلانی خان ایم ای بی ایس)

اخراجِ مذی کی وجوہات

مذی دراصل قدرت کی طرف سے پیشاب کی نالی کی صفائی کا خود کار نظام ہے۔ مردوں میں چونکہ پیشاب اور منی کے اخراج کے لیے ایک ہی راستہ ہوتا ہے، اس لیے پیشاب کی نالی میں پیشاب کے باقی رہ جانے والے قطروں سے تیزابیت پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر پیشاب کی نالی کی صفائی نہ ہوتو تیزابیت کی وجہ سے منی میں موجود جرثومے مر جاتے ہیں، اس لیے مذی کا مقصد پیشاب کے باقی رہ جانے والے قطروں کی صفائی کرنا ہے۔ اسی طرح مذی کا دوسرا مقصد پیشاب کی نالی میں چکناہٹ پیدا کر کے منی کے اخراج میں سہولت پیدا کرنا بھی ہے۔

مذی اور حمل

مردوں میں پیشاب کی نالی بالکل سیدھی نہیں ہوتی بلکہ انگریزی کے حرف S کی طرح ٹیڑھی ہوتی ہے، اس لیے بعض اوقات انزال کے بعد منی کے کچھ قطرے پیشاب کی نالی میں باقی رہ جاتے ہیں، چونکہ منی اور پیشاب کے اخراج کا ایک ہی راستہ ہوتا ہے، اس لیے منی کے باقی ماندہ قطرے پیشاب سے پہلے خارج ہو جاتے ہیں۔ منی کے ایک قطرے میں لاکھوں جرثومے ہوتے ہیں اور منی کا ایک قطرہ ہی عورت کو حاملہ کرنے کے لیے کافی ہوتا ہے، اس لیے مذی میں منی کی شمولیت کی وجہ سے منی میں موجود جرثومے حمل کا باعث بنتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ خاندانی منصوبہ بندی کے لیے عزل کا طریقہ کارگر ثابت نہیں ہوتا۔ اسی طرح جنسی کھیل (Foreplay) کے دوران میں عضوِ تناسل کو اندامِ نہانی پر رگڑنے یا داخل کرنے اور بعد میں اصل فعل کے لیے کونڈم استعمال کر لینے کے باوجود اسی وجہ سے حمل ٹھہر جاتا ہے۔

مذی کے اسلامی احکام

سیدنا علی رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ مجھے بہت زیادہ مذی آتی تھی تو رسول اللہ ﷺ نے مجھ سے فرمایا: ''جب تم مذی دیکھو تو اپنا عضو تناسل دھولو اور نماز والا وضو کرو۔ اور جب تم زور سے پانی (منی) نکالو تو غسل کرو۔'' (سنن النسائي، حديث : 193)

مذی کے اخراج سے وضو

سیدنا علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے، وہ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ سے مذی کے متعلق سوال کیا گیا تو آپ نے فرمایا: ''اس سے وضو ہے اور منی سے غسل ہے۔'' (جامع الترمذي، حديث : 114، و سنن ابن ماجه، حديث : 504)

اگر کپڑے پر مذی لگ جائے؟

سیدنا سہل بن حنیف رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ انھوں نے مذی کے بارے میں رسول کریم ﷺ سے پوچھا: یا رسول اللہ! اگر وہ (مذی) میرے کپڑوں کو لگ جائے تو اس کا کیا کروں؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ''تجھے پانی کا ایک چلو کافی ہے۔ جہاں تیرا خیال ہے کہ وہ لگ گئی ہے، وہاں (چلو بھر پانی) چھڑک دو۔'' (جامع الترمذي، حديث : 115)

مذی اور نماز

جس مرد کو مذی کی شکایت ہو، وہ ہر نماز کے لیے الگ وضو کرے گا، لیکن اگر وہ دو نمازیں اکٹھی ملا کر یا دیگر نوافل بھی ساتھ پڑھ رہا ہو تو سب کے لیے ایک ہی وضو کافی ہے، تاہم وہ اگلے وقت کی نماز کے لیے دوسرا وضو کرے گا۔ مذی چونکہ ناپاک ہے، اس لیے مذی نکلنے کی صورت میں استنجا کیا جائے گا۔ لیکن اگر نماز کے دوران بھی مذی کا

اخراج ہو رہا ہو تو بہتر ہے کہ نماز سے پہلے شلوار کے نیچے انڈر ویئر پہن لیا جائے اور صرف وضو سے پہلے استنجا کر لیا جائے۔ بار بار استنجا کرنے کی ضرورت نہیں اور وضو کے بعد ایک چلو پانی لے کر شلوار پر (شرمگاہ والی جگہ) چھڑک لے۔

کیا جریان ایک بیماری ہے؟

میڈیا خصوصاً اخبارات اور وال چاکنگ میں جریان (Spermatorrhea) کی تشہیر مہلک بیماری اور کمزوری کے طور پر کی جاتی ہے جس سے انسان اپنے آپ کو نفسیاتی طور پر بیمار اور کمزور سمجھتا ہے۔ نیم حکیم اور عطائی حضرات لوگوں کی لاعلمی کا ناجائز فائدہ اٹھاتے ہیں اور اس مسئلے کے علاج کے لیے جو ادویات تجویز کرتے ہیں اُن میں ایسے خطرناک کیمیکل شامل ہوتے ہیں جو گردوں کو متاثر کرتے ہیں۔

جریان ایک مرض ضرور ہے لیکن اس قدر خطرناک نہیں ہے جس قدر عطائی حضرات باور کراتے ہیں۔ اگر یہ زیادہ شدید نہ ہو تو اس کا علاج کروانے کی بھی ضرورت نہیں، البتہ اس کو کم کرنے کے لیے ورزش کی جا سکتی ہے جو درج ذیل ہے۔

ورزش

یہ ورزش جریان اور پیشاب کے قطروں کے لیے بہترین ہے۔

- اس ورزش کے لیے پیشاب کے دوران بغیر ہاتھ لگائے پیشاب روکنے کی کوشش کریں اور پیشاب کو کنٹرول کرنے والے اعصاب (Pelvic Floor Muscles) کو محسوس کریں۔
- اب آپ اپنے انھی اعصاب کے ذریعے پیشاب روکنے کی کوشش کریں جبکہ آپ پیشاب نہ کر رہے ہوں۔

- یہ ورزش آپ لیٹ کر بھی کر سکتے ہیں۔
- بہتر ہے کہ یہ ورزش آپ دن میں تین مرتبہ (صبح، دوپہر، شام) کریں اور اپنا باقاعدہ معمول بنالیں۔

طریقہ

- اپنے اعصاب کو کنٹرول کریں اور پانچ تک گنتی گنیں۔
- اب اپنے اعصاب کو ڈھیلا چھوڑ دیں اور دوبارہ پانچ تک گنتی گنیں۔
- اب دوبارہ اسی طرح اعصاب کو کنٹرول کریں اور گنتی گنیں، پھر انھیں ڈھیلا چھوڑ دیں اور گنتی گنیں۔
- ورزش کے ایک سیشن کے دوران تقریباً دس بار ایسا کریں۔
- تقریباً 6 ماہ کے عرصے کے بعد آپ جریان میں واضح فرق محسوس کریں گے۔

احتلام (Wet Dream)

عضوِ تناسل سے منی کے اخراج کو انزال (Ejaculation) کہتے ہیں اور رات کو نیند کے دوران انزال کو احتلام کہتے ہیں، یعنی احتلام سے مراد وہ خواب ہے جس میں آپ اپنے آپ کو کسی سے ہمبستری یا مباشرت (مجامعت) کرتے دیکھتے ہیں اور اپنے جسم میں سنسناہٹ محسوس کرتے ہیں اور اکثر اوقات خواب یاد بھی نہیں رہتا۔ احتلام کے لیے خواب آنا ضروری نہیں بلکہ بعض اوقات کوئی خواب دیکھے بغیر بھی احتلام ہو جاتا ہے۔ عام طور پر انزال کے وقت آنکھ کھل جاتی ہے، لیکن بعض اوقات آنکھ نہیں کھلتی اور صبح منی کے نشانات دیکھنے پر ہی معلوم ہوتا ہے۔

احتلام کیوں ہوتا ہے؟

جب ایک لڑکا بلوغت کی عمر کو پہنچتا ہے تو اس کے جسم میں مردانہ ہارمون (Testosterone) پیدا ہوتا ہے اور اس ہارمون کے پیدا ہونے سے اس کا جسم اس قابل ہو جاتا ہے کہ جرثومے (Sperms) بنا سکے۔ بلوغت کے دوران آپ اپنے عضو تناسل میں سختی اور تناؤ (Erection) محسوس کرتے ہیں اور آپ کا تولیدی نظام منی پیدا کرنا شروع کر دیتا ہے اور ہمبستری نہ ہونے کے سبب منی جمع ہونا شروع ہو جاتی ہے اور جب منی بنانے والی نالیاں مکمل بھر جاتی ہیں تو خود کار نظام کے تحت احتلام کے ذریعے خالی ہو جاتی ہیں۔

کیا احتلام ایک بیماری ہے؟

ہمارے معاشرے میں ایک غلط تصور پایا جاتا ہے کہ احتلام ایک بیماری ہے اور اس کا علاج ضرور کروایا جائے، حالانکہ احتلام بیماری نہیں بلکہ غیر ضروری منی کے اخراج کا ایک خود کار نظام ہے۔ نیز احتلام کے بارے میں اسلامی احکام واضح طور پر موجود ہیں۔ اگر احتلام ایک بیماری ہوتی تو رسول اللہ ﷺ اسے انسانی فطرت کا عام حصہ بیان کرنے کے بجائے ایک بیماری کے طور پر بتاتے۔

عام طور پر لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ احتلام انسانی جسم میں کمزوری کا باعث ہوتا ہے، لیکن یہ غلط ہے۔ احتلام ہونا انسانی نشوونما کا ایک عام حصہ ہے بلکہ آپ کو بہت زیادہ احتلام بھی ہو تو بھی اس کا یہ مطلب نہیں کہ آپ کے ساتھ کوئی مسئلہ ہے۔

احتلام کی تعداد

احتلام کی تعداد ہر فرد میں دوسرے فرد سے مختلف ہوتی ہے۔ بعض لوگوں کو بہت

زیادہ احتلام ہوتا ہے جبکہ ایسا بھی ممکن ہے کہ کسی کو کبھی احتلام ہوا ہی نہ ہو، اس لیے حتمی طور پر نہیں کہا جا سکتا کہ کتنی دفعہ احتلام ہونا چاہیے۔ بعض لوگوں کو ہفتے میں دو سے چار (2-4) جبکہ بعض کو چار سے چھ (4-6) دفعہ بھی احتلام ہوسکتا ہے، جبکہ بعض کو ہوسکتا ہے کہ پوری زندگی میں صرف دو سے تین مرتبہ ہی احتلام ہوا ہو۔

عام طور پر بلوغت کے آغاز میں احتلام زیادہ ہوتا ہے اور عمر میں اضافے کے ساتھ، یا خودلذتی (Masturbation) یا شادی کے بعد بیوی سے مباشرت کے نتیجے نتیجے میں احتلام میں خود بخود کمی واقع ہو جاتی ہے۔ احتلام کا بہت زیادہ ہونا، بہت کم ہونا یا کبھی نہ ہونا یہ سب معمول کی بات ہے، اس لیے اسے بیماری نہیں سمجھنا چاہیے، نیز احتلام چاہے جتنی دفعہ بھی ہو، اس سے جسم میں کمزوری پیدا نہیں ہوتی۔

عورتوں میں احتلام

مردوں کی طرح عورتوں کو بھی احتلام ہوتا ہے، لیکن مردوں کے برعکس عورتوں میں احتلام بہت کم اور کبھی کبھار ہی ہوتا ہے۔ مردوں میں احتلام کے دوران میں منی خارج ہوتی ہے جبکہ عورتوں میں منی خارج نہیں ہوتی بلکہ اندام نہانی میں چکناہٹ محسوس ہوتی ہے۔ یہی ان کی منی ہے۔

سیدہ ام سلمہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں کہ ام سُلیم رضی اللہ عنہا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس آئیں اور کہنے لگیں: یا رسول اللہ! اللہ تعالیٰ حق بات کہنے سے نہیں شرماتا، کیا عورت کو احتلام ہو تو اسے غسل کرنا چاہیے؟ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''ہاں جبکہ وہ پانی، یعنی منی اپنے کپڑے پر دیکھے۔'' ام سلمہ رضی اللہ عنہا نے (شرم سے) اپنا منہ چھپا لیا اور کہا: یا رسول اللہ! کیا عورت کو بھی احتلام ہوتا ہے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''ہاں، تمھارا ہاتھ خاک آلود ہو

جائے! (اگر عورت کی منی خارج نہیں ہوتی) تو بچے کی صورت اس کے مشابہ کیوں ہوتی ہے؟'' (صحيح البخاري، حديث :130)

سیدہ خولہ بنت حکیم رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے عورت کے بارے میں پوچھا جو خواب میں وہ چیز دیکھتی ہے جو مرد دیکھتا ہے تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''اس پر غسل فرض نہیں جب تک اسے انزال نہ ہو، جیسے مرد پر غسل واجب نہیں جب تک اسے انزال نہ ہو۔'' (سنن ابن ماجه، حديث : 602) سنن نسائی کے الفاظ ہیں: ''جب وہ پانی (منی کے نشانات) دیکھے تو غسل کرے۔'' (سنن النسائي، حديث: 198)

بلوغت کے دوران میں لڑکیوں کے جسم میں مختلف ہارمونل (Hormonal) تبدیلیاں پیدا ہوتی ہیں جو احتلام کا باعث ہوتی ہیں، اس لیے اگر عورت احتلام محسوس کرے تو اس میں شرمندگی کی کوئی بات نہیں کیونکہ یہ چیز اللہ عزوجل نے اس میں فطری طور پر رکھی ہے۔ مذکورہ بالا احادیث میں بھی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ بات واضح طور پر بیان کی ہے کہ عورتوں کو بھی مردوں کی طرح احتلام ہوتا ہے، اس لیے یہ کوئی انوکھی اور غیر معمولی بات نہیں ہے بلکہ ایک معمول کی چیز ہے۔

عورتوں میں احتلام کی پہچان

عورتوں میں منی مردوں سے مختلف ہوتی ہے۔ مردوں میں چونکہ منی کی مقدار زیادہ ہوتی ہے، اس لیے احتلام کی صورت میں واضح طور پر دیکھی جا سکتی ہے جبکہ عورتوں میں یہ معاملہ مختلف ہوتا ہے۔ عورت میں بلوغت کے بعد آگے کی شرمگاہ سے ہر وقت پانی کا اخراج ہوتا رہتا ہے جس کی وجہ سے شرمگاہ میں ہر وقت نمی پائی جاتی ہے اور احتلام کی صورت میں مردوں کی طرح منی خارج نہیں ہوتی بلکہ احتلام کے نتیجے میں

جو پانی خارج ہوتا ہے وہ معمول میں خارج ہونے والے پانی سے مقدار میں تھوڑا سا زیادہ ہوتا ہے اور اس میں چکناہٹ محسوس ہوتی ہے، اس لیے احتلام کی صورت میں اچھی طرح دیکھ لیں۔ اگر منی خارج ہوئی ہو تو غسل فرض ہے۔

سیدہ ام سلیم رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''مرد کی منی گاڑھی اور سفید ہوتی ہے جبکہ عورت کی منی پتلی اور زرد ہوتی ہے۔ ان دونوں میں سے جو بھی سبقت لے جائے یا غالب آ جائے اسی سے (بچے کی) مشابہت ہوتی ہے۔'' (سنن أبي داود، حديث :601)

کیا احتلام گناہ کا باعث ہے؟

احتلام نیند کے دوران انزال کو کہتے ہیں اور نیند کے دوران ہونے والا کوئی بھی کام، مثلاً: بولنا، چلنا، احتلام یا اسی قسم کے دیگر کام غیر ارادی طور پر رونما ہوتے ہیں جن کو روکنا انسان کے اختیار سے باہر ہے، اس لیے اس غیر ارادی فعل پر انسان کو قصوروار نہیں ٹھہرایا جا سکتا، بلکہ اسلام نے احتلام کو بلوغت کی علامت قرار دیا ہے۔ اس کے علاوہ اللہ تعالیٰ نے احتلام کو مرد اور عورت دونوں کے لیے اپنی جسمانی توانائی سے نجات کا ذریعہ بنایا ہے، لہٰذا یہ باعثِ گناہ نہیں ہے۔

سیدنا علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''تین قسم کے آدمیوں سے قلم اٹھا لیا گیا ہے (ان سے باز پرس نہیں ہوگی): سونے والے سے یہاں تک کہ بیدار ہو جائے، بچے سے یہاں تک کہ بالغ ہو جائے اور پاگل سے یہاں تک کہ عقل مند ہو جائے۔'' (جامع الترمذي، حديث : 1423)

اگر آپ کو احتلام ہو جائے

احتلام سے مرد اور عورت دونوں پر غسل فرض ہو جاتا ہے جیسا کہ گزشتہ احادیث سے ثابت ہے۔ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے اس آدمی کے متعلق پوچھا گیا جو اپنے (جسم یا کپڑے) پر نمی محسوس کرتا ہے مگر اسے احتلام یا (خواب) یاد نہ ہو تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''وہ غسل کرے۔'' پھر اس آدمی کے متعلق پوچھا گیا جسے احتلام تو یاد ہو لیکن اس نے اپنے (جسم یا کپڑوں) پر کوئی نمی نہیں پائی؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''اس پر غسل نہیں۔'' ام سلمہ رضی اللہ عنہا نے کہا: یا رسول اللہ! اگر عورت ایسا دیکھے تو کیا وہ بھی غسل کرے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''ہاں، عورتیں مردوں ہی کی طرح ہیں۔'' (جامع الترمذي، حديث: 113)

غسل کا طریقہ

غسل کا طریقہ صفحہ: 170 پر ملاحظہ فرمائیں۔

اگر کپڑے پر منی لگ جائے؟

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ وہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے کپڑوں سے منی کو دھو ڈالتی تھیں، پھر وہ دیکھتیں کہ کپڑے پر (دھونے کے) نشان نمایاں ہوتے۔ (سنن أبي داود، حديث: 373)

کیا احتلام سے روزہ ٹوٹ جاتا ہے؟

احتلام چونکہ غیر ارادی فعل ہے اور انسان کی قوت و طاقت سے باہر ہے، اس لیے اس سے روزہ نہیں ٹوٹتا، البتہ غسل فرض ہے۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

﴿ لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا ﴾ (البقرة 286:2)

''اللہ تعالیٰ کسی جان کو اس کی برداشت سے بڑھ کر تکلیف نہیں دیتا۔''

یہ ایسے ہی ہے جیسے سوتے ہوئے کوئی چیز انسان کے حلق میں چلی جائے۔ جس طرح اس سے روزہ نہیں ٹوٹتا، اسی طرح احتلام سے بھی روزہ نہیں ٹوٹتا کیونکہ دونوں چیزیں انسان کی طاقت سے باہر ہیں۔ ایک ضعیف حدیث سے بھی اس کی تائید ہوتی ہے۔ سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''تین چیزیں روزہ نہیں توڑتیں: حجامہ کرانا، یعنی سینگی لگوانا، ازخود قے آنا اور احتلام ہونا۔'' (جامع الترمذي، حديث: 719)

والدین کا کردار

عام طور پر ہمارے معاشرے میں بلوغت اور اس کے دوران آنے والی تبدیلیوں کے بارے میں بات کرنا باعث عار سمجھا جاتا ہے۔ اس لیے بچے اپنے دوستوں اور دیگر لوگوں سے اس بارے میں ڈھکے چھپے الفاظ میں معلومات حاصل کرتے ہیں جو کہ عموماً غلط ہی ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ ایسی چیزیں جو اللہ تعالیٰ نے انسان میں فطری طور پر رکھی ہیں، اخبارات و رسائل میں ان کی تشہیر بیماری کے طور پر کی جاتی ہے جو بچوں کے لیے ذہنی اذیت اور پریشانی کا باعث بنتی ہے جس سے اُن کو نفسیاتی مسائل کا سامنا ہوسکتا ہے۔ اس کے علاوہ بچوں کو عام طور پر معلوم ہی نہیں ہوتا کہ احتلام کی صورت میں ان پر غسل فرض ہے۔ اس لیے والدین کو چاہیے کہ وہ جیسے ہی بچوں میں بلوغت کے آثار دیکھیں تو خود ہی انھیں مناسب وقت پر آنے والی تبدیلیوں کے بارے میں بتائیں اور ان کی صحیح طریقے سے رہنمائی کریں کیونکہ والدین ہی صحیح معنوں میں اپنی اولاد کے ساتھ مخلص ہوتے ہیں۔

خودلذتی (مشت زنی) Mastrubation

ہیجان (Orgasm)

ہیجان سے مراد لذت کی وہ لہریں ہیں جو جنسی اعضاء سے نکل کر پورے جسم میں پھیلتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ یہ ہیجان ہمبستری کے علاوہ مردوں میں عضوتناسل (Penis) اور عورتوں میں اندام نہانی کے حساس حصے بَظر، یعنی کلائیٹورس (Clitoris) کو چھونے یا رگڑنے پر بھی حاصل ہوسکتا ہے۔ عورت کی نسبت مرد جلدی ہیجان حاصل کر لیتا ہے۔

خودلذتی (Mastrubation)

خودلذتی سے مراد مباشرت (جماع) اور احتلام کے علاوہ کسی دوسرے طریقے سے اپنے جنسی اعضاء کو تحریک دے کر ہیجان حاصل کرنا ہے۔ اس مقصد کے لیے مردوں میں عضوتناسل اور عورتوں میں کلائیٹورس کو ہاتھ سے رگڑ کر تحریک دی جاتی ہے جسے مشت زنی کہتے ہیں۔

مردوں میں خودلذتی

مردوں میں عضوتناسل کو ہاتھ یا کسی اور طریقے سے اس وقت تک رگڑا یا مالش کیا جاتا ہے جب تک انزال (منی کا اخراج) نہ ہو جائے۔

عورتوں میں خودلذتی

عورت کے جنسی اعضاء میں سب سے حساس حصہ بَظر (Clitoris) ہوتا ہے، چنانچہ ہیجان حاصل کرنے کے لیے اس حصے کو رگڑا یا مالش کیا جاتا ہے۔

عورتوں میں خودلذتی کا عمل مردوں کی نسبت کم پایا جاتا ہے کیونکہ عورتوں کی جنسی معاملات میں دلچسپی کو ہمارے معاشرے میں اچھی نظر سے نہیں دیکھا جاتا، اس لیے بدنامی کے ڈر سے اس معاملے کو چھپایا جاتا ہے۔ عام طور پر بہت سی عورتوں کا نازک حصہ بظر ایک پوشیدہ اور چھپا ہوا حصہ ہوتا ہے اور بہت سی عورتیں اسے دریافت ہی نہیں کر پاتیں، اس لیے وہ اس معاملے سے ہمیشہ ناواقف ہی رہتی ہیں۔ عام طور پر مرد ہوں یا عورتیں، شادی کے بعد خودلذتی چھوڑ دیتے ہیں۔

خودلذتی کیوں کی جاتی ہے؟

جب ایک بچہ اپنے بچپن سے بلوغت کی عمر میں داخل ہوتا ہے تو اس کے جسم میں مختلف ہارمون پیدا ہوتے ہیں جو اس میں جنسی فعل کی خواہش پیدا کرتے ہیں۔ اس عمر میں بچہ اپنے جسم کے مختلف حصوں کے بارے میں متجسس ہوتا ہے اور انھیں چھوکر دیکھتا ہے اور اسی عمل کے دوران وہ ہیجان کے بارے میں دریافت کرتا ہے جو کہ ایک عجیب اور سنسنی خیز تجربہ ہوتا ہے اور عام طور پر اسے معلوم ہی نہیں ہوتا کہ دراصل وہ کیا کر رہا ہے، اس عمل کو خودلذتی کہا جاتا ہے۔

شروع شروع میں جب ایک بچہ تجسس کے ہاتھوں مجبور ہو کر خودلذتی کے بارے میں دریافت کرتا ہے تو وہ سمجھتا ہے کہ ایسا شاید صرف اس کے ساتھ ہی ہوا ہے، چنانچہ لاعلمی کے سبب پریشان ہو جاتا ہے، لیکن یہ چونکہ ایک انوکھا اور سنسنی خیز تجربہ ہوتا ہے، اس لیے وہ اس فعل کے بارے میں اپنی حد تک معلومات حاصل کرنے کی کوشش کرتا ہے جو اکثر غلط ہوتی ہیں۔ دوسری بات یہ ہے کہ لڑکیاں اس معاملے میں خاص طور پر شرمیلی ہوتی ہیں اور اپنی دوستوں اور قریبی رشتہ داروں سے بھی اس معاملے پر بات

چیت کرتے ہوئے گھبراتی ہیں۔ اس لیے والدین کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کو مناسب وقت پر خود ہی آنے والی جسمانی تبدیلیوں اور ان کے بارے میں اسلامی احکام سے آگاہ کریں اور انھیں لاعلمی کے سبب ہونے والی پریشانیوں اور ذہنی اذیت سے بچائیں۔

کیا خودلذتی طبی طور پر نقصان دہ ہے؟

ہمارے معاشرے میں ایک عام تصور پایا جاتا ہے کہ خودلذتی سے جسم میں کمزوری پیدا ہو جاتی ہے اور یہ انسانی صحت کے لیے نقصان دہ ہے، حالانکہ حقیقت میں ایسا نہیں ہے۔ خود لذتی دراصل جذباتی تناؤ اور جنسی خواہشات سے نجات پانے کا شارٹ کٹ ہے اور اس سے انسانی صحت پر کسی بھی قسم کے برے اثرات نہیں ہوتے۔ خودلذتی صرف اس صورت میں نقصان دہ ہے جب انسان صرف خودلذتی ہی میں دلچسپی لے اور اس سے میاں بیوی کے باہمی تعلقات متاثر ہوں۔

خودلذتی کی شرعی حیثیت

اسلام میں خودلذتی حرام ہے اور ایسا کرنا یقیناً گناہ کا کام ہے، اس لیے تمام مسلمان مردوں اور عورتوں کو اس کام سے بچنا چاہیے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ نے ابن آدم پر اس کے حصے کا زنا لکھ دیا ہے جس کو وہ یقیناً کرے گا، چنانچہ آنکھ کا زنا دیکھنا ہے، زبان کا زنا بولنا ہے اور نفس کا زنا اس کی تمنا کرنا اور خواہش رکھنا ہے اور شرمگاہ اس کی تصدیق یا تکذیب کرتی ہے۔'' (صحيح البخاري: 6243، و صحيح مسلم: 2657)

اس حدیث کی رو سے خودلذتی ہاتھ کا زنا شمار ہوگی۔ واضح رہے کہ اسلام میں خودلذتی حرام ہے، لیکن ہیجان حاصل کرنے کے لیے میاں بیوی ایک دوسرے کے جنسی اعضاء کو تحریک دے سکتے ہیں۔ یہ خودلذتی نہیں ہے۔ ہر انسان شرعی حد میں رہتے

ہوئے اپنی جنسی ضروریات جائز طریقے سے پوری کرسکتا ہے۔

خودلذتی چھوڑنا

اگر آپ کو خودلذتی کی عادت ہے تو آپ توبہ کریں اور اس عادت کو چھوڑنے کی کوشش کریں۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: ''اللہ تعالیٰ تو صرف انھی لوگوں کی توبہ قبول کرتا ہے جو نادانی سے برا کام کر بیٹھتے ہیں، پھر جلد ہی توبہ کر لیتے ہیں تو اللہ تعالیٰ ان کی توبہ قبول کر لیتا ہے اور اللہ بہت جاننے والا، بڑی حکمت والا ہے۔'' (النساء 4:17)

ارشادِ نبوی ﷺ ہے:

''گناہ سے توبہ کرنے والا اس شخص کی طرح ہے جس کا کوئی گناہ نہیں۔''

(سنن ابن ماجه، حديث: 4250)

اگر آپ خودلذتی میں مبتلا ہیں اور اپنی اس بدعادت کو ختم کرنا چاہتے ہیں تو یقیناً شروع میں آپ کو مشکل پیش آئے گی اور ہر بار پختہ عہد کرنے کے باوجود آپ اپنے آپ کو یہی کام کرتا پائیں گے، لیکن آپ کو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ ایسے کام جن کی انسان کو مستقل عادت پڑ چکی ہو، مثلاً: سگریٹ نوشی، پان اور اس طرح کے دیگر کام، انھیں چھوڑنا مشکل ہوتا ہے، لیکن مسلسل کوشش کرنے پر یہ عادت آخر کار ختم ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ ایسے افعال جو آپ کو خودلذتی پر اکسائیں، ان سے دور رہنے کی کوشش کریں، مثلاً: گندے رسائل اور فحش فلمیں وغیرہ، نیز اپنے آپ کو مثبت کاموں میں مصروف کر لیں اور اچھے اور نیک دوست بنالیں تاکہ آپ کی سوچ برائی کی طرف بھٹکنے نہ پائے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''جنت مشکلات اور دشواریوں سے گھری ہوئی ہے اور دوزخ نفسانی خواہشات

سے ڈھک دی گئی ہے۔" (صحيح مسلم، حديث : 2822، وجامع الترمذي، حديث : 2559)

بچے کی نامکمل جنس (Ambiguous Genitalia)

اللہ تعالیٰ نے ہر مخلوق کا جوڑا پیدا کیا ہے جس میں ایک نر اور ایک مادہ شامل ہے، لیکن بعض حالات میں اس چیز کا تعین کرنا مشکل ہو جاتا ہے کہ یہ جاندار نر ہے یا مادہ۔ بعض جانداروں میں اللہ تعالیٰ نے ناقص طور پر دونوں صفات رکھی ہوتی ہیں۔ بسااوقات ایسی نامکمل جنس انسانوں میں بھی ظاہر ہو جاتی ہے۔ ایسے انسان کو مخنث، ہیجڑا یا خواجہ سرا کہتے ہیں۔ نبی کریم ﷺ کے دور میں بھی ایسے لوگ پائے جاتے تھے اور ان کے بارے میں احادیث میں واضح احکام موجود ہیں۔

عام طور پر ہمارا معاشرہ ایسے افراد کو کھلے دل سے قبول نہیں کرتا، حالانکہ جنس کا تعین ان کے اپنے اختیار میں نہیں ہے۔ ہم یہاں ان لوگوں کے بارے میں ذکر کر رہے ہیں جو پیدائشی طور پر مرد یا عورت کی جنس میں شامل نہیں ہوتے۔ جو لوگ بالغ ہونے پر اپنی مرضی سے دوائیوں یا آپریشن کے ذریعے اپنی جنس تبدیل کرواتے ہیں، ان کا اس مسئلے سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

صحت مند اور نارمل بچہ

آپ کے بچے کی جنس کا تعین مرد کا جرثومہ (Sperm) کرتا ہے۔ مرد کا جرثومہ X اور Y کروموسومز (Chromosomes) پر مشتمل ہوتا ہے جبکہ عورت کا بیضہ X اور X کروموسومز (Chromosomes) پر مشتمل ہوتا ہے۔ اگر مرد کا X کروموسوم

عورت کے X کروموسوم سے مل جائے تو بیٹی پیدا ہوگی۔ اس کے برعکس اگر مرد کا Y کروموسوم عورت کے X کروموسوم سے مل جائے تو لڑکا پیدا ہوگا۔

مرد کے کروموسوم:	X Y	X X: لڑکی
عورت کے کروموسوم:	X X	X Y: لڑکا

صحت مند بچے کے ساتھ مسائل

بعض اوقات صحت مند اور نارمل بچے کے ساتھ کچھ مسائل ہوجاتے ہیں جن کا علاج ممکن ہے، مثلاً:

① خصیوں کا جسم کے اندر ہونا (Testes Inside The Body)

بسا اوقات بچے کے فوطے، یعنی خصیے (Testes) تھیلی کے اندر موجود ہونے کے بجائے پیٹ کے نچلے حصے میں موجود ہوتے ہیں، لیکن یہ کوئی بڑا مسئلہ نہیں ہے۔ ایک چھوٹے سے آپریشن کے ذریعے اس مسئلے کو حل کیا جا سکتا ہے۔ بچے کی پیدائش کے بعد آپ ضرور چیک کریں کہ خصیے تھیلی کے اندر موجود ہیں یا نہیں۔ اگر موجود نہ ہوں تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں اور کوشش کریں کہ آپریشن بچپن ہی میں کروالیں، کیونکہ خصیوں کو پیٹ کے اندر وہ مناسب ماحول اور درجہ حرارت دستیاب نہیں ہوتا جو جرثوموں (Sperms) کی پیداوار کے لیے ضروری ہوتا ہے، اس لیے جب تک خصیے پیٹ میں ہوں گے، مرد عموماً افزائش نسل کے قابل نہیں ہوتا۔

② ہرنیا (Hernia)

بعض اوقات پیٹ کی آنت کا کچھ حصہ خصیوں کی تھیلی کے اندر آجاتا ہے جسے ہرنیا

کہتے ہیں۔اس کی نشانی یہ ہے کہ بچے کے خصیے نارمل بچوں کے خصیوں سے بڑے ہوں گے۔ یہ مسئلہ بھی آپریشن کے ذریعے حل کیا جا سکتا ہے۔ بہتر ہے کہ اس کا علاج بھی بچپن ہی میں کروا لیا جائے، کیونکہ ہرنیے کی وجہ سے خصیوں کا درجہ حرارت جرثوموں کی پیداوار کے لیے مطلوبہ درجہ حرارت سے بڑھ جاتا ہے جو بانجھ پن کا باعث ہوسکتا ہے۔

③ نارمل بچے کے رویے میں فرق

بعض اوقات نامکمل جنس والے بچوں کے علاوہ نارمل بچوں کے رویوں میں بھی فرق ہوسکتا ہے، خاص طور پر لڑکوں میں، مثلاً: لڑکا ہونے کے باوجود صنف مخالف والا رویہ اور مزاج رکھنا۔ ایسا کسی مسئلے کی وجہ سے بھی ہوسکتا ہے۔ بعض اوقات گھر میں زیادہ خواتین، بہنیں یا خالائیں ہوں تو لڑکوں کے رویوں میں ماحول کے اثر کی وجہ سے تبدیلی ہوسکتی ہے، لیکن اس کے علاوہ اگر آپ محسوس کریں کہ آپ کا بچہ لڑکیوں کے ساتھ کھیلنا زیادہ پسند کرتا ہے، اس کی عادات، مزاج اور شوق لڑکیوں والے ہیں، مثلاً: گڑیوں کے ساتھ کھیلنا، دوپٹہ اوڑھنا اور بناؤ سنگھار پسند کرنا تو ہوسکتا ہے کہ ایسا کسی مسئلے کی وجہ سے ہو۔ ایسا بچہ بالکل نارمل ہوتا ہے، لیکن بعض اوقات ہارمونوں کے تناسب میں کمی بیشی کی وجہ سے رویے میں کسی مسئلے کا شکار ہو جاتا ہے، مثلاً: اگر لڑکوں میں مردانہ ہارمون کم پیدا ہوں تو وہ لڑکیوں والے خواص رکھنے لگتے ہیں، اس لیے اگر آپ ایسا محسوس کریں تو لازماً ڈاکٹر سے رابطہ کریں تاکہ بچے کا علاج ہو سکے، مثلاً: ہارمون یا سائیکوتھراپی۔

ابنارمل بچہ

بعض اوقات بچے کی جنس کا تعین کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ اس کی بنیادی وجہ ظاہری جنسی اعضاء کا نامکمل ہونا ہوتا ہے، مثلاً: نامکمل جنسی اعضاء یا بیک وقت مردانہ اور

زنانہ جنسی اعضاء کا پایا جانا۔

اس کا مطلب یہ نہیں کہ بچہ لا علاج ہے اور مستقبل میں وہ نارمل مرد یا نارمل عورت کی طرح زندگی نہیں گزار سکتا۔ سائنسی تحقیق نے ثابت کر دیا ہے کہ علاج کے ذریعے سے زیادہ تر ایسے بچے معمول کی زنانہ یا مردانہ زندگی گزار سکتے ہیں اور آگے نسل بھی بڑھا سکتے ہیں۔

ایسا کیوں ہوتا ہے؟

ماں کے پیٹ کے اندر بچے کا بننا اور بڑھنا ایک بہت پیچیدہ عمل ہے۔ حمل کے ابتدائی چند مہینوں میں بچے کی جنس کا تعین نہیں ہوتا لیکن جب ایک مخصوص وقت پر اس کے مردانہ یا زنانہ جنسی اعضاء بننے کا عمل شروع ہو جاتا ہے تو بعض عوامل کی وجہ سے یہ عمل نامکمل رہ جاتا ہے جس کی بنا پر بچے کی پیدائش کے بعد اس کے جنسی اعضاء کو دیکھ کر یہ فیصلہ کرنا مشکل ہو جاتا ہے کہ یہ لڑکا ہے یا لڑکی۔ اس کو دیکھ کر والدین کی پریشانی کی انتہا نہیں رہتی اور قریبی عزیز و اقارب بھی اس معاملے میں انھیں قصوروار ٹھہراتے ہیں۔ یہاں میں یہ بات پھر دوہرانا چاہوں گی کہ یہ اللہ رب العزت کی نشانیاں ہیں اور اس بات کا بہت زیادہ امکان ہے کہ علاج کے بعد یہ بچہ بالکل نارمل زندگی گزارے، شادی کرے اور اپنی نسل آگے بڑھا سکے۔ لیکن یہ ایک صبر آزما عمل ہے۔ اس کے لیے بچے کے والدین کو عزیز و اقارب کے تعاون کی بہت زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ آج کل کے والدین میں یہ شعور بیدار ہو رہا ہے کہ یہ بچہ بھی ان کی اولاد ہے اور اس کو بھی انھیں اسی طرح خلوص اور محبت سے پالنا ہے جس طرح وہ ایک نارمل بچے کو پالتے ہیں۔

نقائص کی اقسام

نقائص کی عام طور پر چار اقسام ہیں:

① مردانہ وزنانہ جنسی اعضاء کا بیک وقت پایا جانا

اس قسم میں بچے کے جسم میں بیک وقت مردانہ اور زنانہ دونوں جنسی اعضاء پائے جاتے ہیں، مثلاً: عضو تناسل کے ساتھ ساتھ خصیوں کی بجائے فرج یا اندام نہانی (Vagina) کا پایا جانا۔ نقص کی یہ قسم تقریباً قابل علاج ہے۔

② X X Inter Sex

اس قسم کے بچوں میں کروموسومز (Chromosomes) عورت کے ہوتے ہیں اور بیضہ دانیوں (Ovaries) کے ساتھ مردانہ جنسی اعضاء پائے جاتے ہیں۔ نقص کی یہ قسم ایک مادہ بچے میں مردانہ ہارمون پیدا ہونے کی وجہ سے ہوتی ہے۔

③ X Y Inter Sex

اس قسم کے بچوں میں کروموسومز مرد کے ہوتے ہیں اور زنانہ جنسی اعضاء نامکمل اور غیر واضح ہوتے ہیں۔ نقص کی یہ قسم نر بچے میں زنانہ ہارمون کی پیدائش کی وجہ سے ہوتی ہے۔

④ نامکمل جنسی اعضاء کا پایا جانا

ایک نارمل بچہ XY مرد یا XX عورت ہوتا ہے، لیکن اگر بچہ XXY یا XYY یا XXX ہو تو یہ عام طور پر جینیاتی خرابی (Genetic Disorder) کی وجہ سے ہوتا ہے۔ اس قسم کے بچوں میں جنسی اعضاء کے علاوہ دوسرے مسائل بھی پائے جاتے

ہیں، مثلاً: ذہنی کمزوری یا شکل وصورت میں نارمل بچوں سے مختلف ہونا، وغیرہ۔ طبی نقطۂ نظر سے یہ نقائص عام طور پر ناقابل علاج سمجھے جاتے ہیں۔ مگر خاص توجہ دینے سے یہ بچے بہت حد تک نارمل زندگی گزارنے کے قابل ہوجاتے ہیں۔

ٹیسٹ کا طریقہ کار

اگر بچے کی پیدائش کے بعد آپ اس کے جنسی اعضاء دیکھ کر واضح اندازہ نہ لگا سکیں کہ وہ مرد ہے یا عورت تو پریشان نہ ہوں، حوصلہ رکھیں اور اللہ تعالیٰ سے مدد مانگیں اور فوراً بچوں کے اسپیشلسٹ سے رابطہ کریں تاکہ مسئلے کو بہتر طریقے سے حل کیا جا سکے۔ ڈاکٹر عام طور پر ایک ٹیسٹ تجویز کرتے ہیں جو تقریباً ہر اچھے ہسپتال میں ممکن ہے، مثلاً: شوکت خانم کینسر ہسپتال لاہور اور آغا خان ہسپتال کراچی، وغیرہ۔ ان ہسپتالوں کی لیبارٹری کی برانچیں پاکستان کے کئی چھوٹے بڑے شہروں میں پائی جاتی ہیں۔ اس ٹیسٹ کا رزلٹ تقریباً ایک ہفتے بعد ملتا ہے۔ اس کی بنیاد پر بچے کی جنس کا تعین واضح طور پر ہو جاتا ہے، یعنی لڑکی XX یا لڑکا XY یا ابنارمل XXY یا XXX یا XYY۔ اگر بچہ ابنارمل ہے تو علاج کے بعد سو فیصد نارمل بچہ بن سکتا ہے، ان شاء اللہ! اس کا علاج تھوڑا صبر آزما اور لمبے عرصے پر مشتمل ہوتا ہے اور ایک یا دو آپریشن کی ضرورت بھی پڑ سکتی ہے۔ اگر ہو سکے تو ایسے بچے کا علاج کسی مستند ہارمون والے ڈاکٹر، یعنی اینڈوکرینولوجسٹ (Endocrinologist) سے کروایا جائے۔

علاج کا طریقہ کار

جنس کی تشخیص کے ٹیسٹ کے بعد بچے کی جنس کا واضح طور پر تعین ہو جاتا ہے کہ بچہ حقیقت میں لڑکا ہے یا لڑکی، پھر اس کے مطابق اس کا علاج کیا جاتا ہے۔

① ہارمون تھراپی (Hormone Therapy)

علاج کے لیے بچے کی جنس کے حساب سے مختلف قسم کے ہارمون دیے جاتے ہیں جو گولیوں، سیرپ یا ٹیکوں کی صورت میں ہوتے ہیں۔ ایسا بچہ جو اصل میں لڑکی ہو اسے زنانہ ہارمون (Estrogen, Progesterone) دیے جاتے ہیں۔ اور وہ بچہ جو اصل میں لڑکا ہو، اسے مردانہ ہارمون (Androgen) دیے جاتے ہیں۔ ہارمون دینے سے بچے کے جنسی اعضاء میں آہستہ آہستہ خود بخود تبدیلی آنا شروع ہو جاتی ہے۔

② آپریشن (Surgery)

لمبے عرصے کی ہارمون تھراپی کے بعد ڈاکٹر اس بات کا خود فیصلہ کرتے ہیں کہ بچے کے جنسی اعضاء کا آپریشن کب کیا جائے۔ اور یہ آپریشن صرف ایک آپریشن نہیں بلکہ مختلف آپریشنوں کے سیٹ پر مشتمل ہوتا ہے۔ جنس کی تبدیلی کے لیے جنسی اعضاء اور تولیدی نظام کے مختلف لگاتار آپریشن کیے جاتے ہیں جن کے بعد بچہ اس قابل ہو جاتا ہے کہ مکمل مرد یا عورت بن سکے اور کامیاب ازدواجی زندگی گزار سکے، نیز افزائش نسل کے قابل ہو سکے۔

بچے کی صحیح جنس کی تشخیص کے بعد

بچے کی جنس کا ٹیسٹ کروانے کے بعد جب آپ کو پتہ چل جائے کہ بچہ لڑکا ہے یا لڑکی تو بہتر ہے کہ آپ اسے ذہنی طور پر قبول کر لیں۔ بعض اوقات بچہ پیدائش کے وقت جنسی اعضاء دیکھنے پر لڑکا معلوم ہوتا ہے اور عزیز و اقارب اسے لڑکے کی پیدائش ہی کی مبارک باد دیتے ہیں۔ لیکن ٹیسٹ کروانے پر وہ بچہ لڑکی ثابت ہو جاتا ہے تو

آپ معاشرے کے دباؤ کی پروا نہ کریں اور اسے اپنے لیے باعث شرم خیال نہ کریں بلکہ اسے بخوشی قبول کریں اور ایک لڑکی کے طور پر اس کی پرورش کریں۔ اس کا لڑکیوں والا نام رکھیں اور لڑکیوں کا لباس پہنانا شروع کر دیں اور امید رکھیں کہ علاج کے بعد بچہ ایک نارمل لڑکی کی طرح زندگی گزارنے کے قابل ہو جائے گا، ان شاء اللہ!

بچے کی تعلیم و تربیت

ہمارے ہاں ایسے بچوں کو بوجھ سمجھا جاتا ہے اور ان کی تعلیم و تربیت پر بالکل توجہ نہیں دی جاتی جس کی وجہ سے مستقبل میں ایسے بچوں کے لیے ذریعہ آمدنی صرف ناچ گانا اور بھیک مانگنا ہی رہ جاتا ہے۔ جبکہ والدین اگر ایسے بچوں کی تعلیم و تربیت پر بھرپور توجہ دیں تو یہ بھی ہمارے معاشرے کے کارآمد شہری بن سکتے ہیں۔ ہمارے معاشرے کا سب سے قابل توجہ اور قابل رحم طبقہ یہی ہوتا ہے۔

سوال یہ ہے کہ کیا جنسی طور پر نامکمل ہونا انھیں معذور اور ذہنی طور پر اپاہج بنا دیتا ہے جو ہمارا معاشرہ انھیں قبول نہیں کرتا، حالانکہ ایسے افراد ذہنی اور جسمانی طور پر مکمل نارمل ہوتے ہیں اور کوئی بھی ہنر سیکھ کر باعزت روزگار کما سکتے ہیں بلکہ ایسے افراد اپنے والدین کے لیے ان کی دیگر اولاد کی نسبت زیادہ فرمانبردار اور خدمت گزار ثابت ہو سکتے ہیں، کیونکہ ایسے افراد شادی نہیں کر سکتے اور اپنی تمام زندگی والدین کے لیے وقف کر کے ان کے بڑھاپے کا سہارا بن سکتے ہیں۔

دوسری بات یہ ہے کہ ایسے افراد جسمانی طور پر مردوں کی طرح مضبوط اور مزاج میں عورتوں کی طرح ہوتے ہیں، چونکہ والدین انھیں قبول نہیں کرتے اور فالتو اور بے کار سمجھ کر ان کی تعلیم و تربیت اور دیگر ہنر سکھانے کی طرف توجہ نہیں دیتے، اس لیے ان

کے پاس ذریعہ آمدن صرف ناچ گانا اور بھیک مانگنا ہی رہ جاتا ہے۔ والدین کو چاہیے کہ وہ انھیں بھی اپنی دیگر اولاد کی طرح ہی سمجھیں اور ان کی تعلیم و تربیت اور مختلف ہنر سکھانے پر توجہ دیں تاکہ وہ بھی باعزت روزگار کما سکیں اور عزت کی زندگی گزار سکیں اور والدین کے بڑھاپے کا سہارا بن سکیں۔

مخنث کے متعلق اسلامی احکام

ایسے خواجہ سرا جو صنفی امور سے بالکل غافل ہوں، عورتوں میں دلچسپی نہ رکھتے ہوں اور ان کی توجہ صرف کھانے پینے کی طرف ہو تو ان سے حجاب اور پردے کے حکم میں سختی نہیں ہے، البتہ اگر وہ صنفی امور سے واقف ہوں اور اس قسم کی بات چیت اور عورتوں میں دلچسپی رکھتے ہوں تو ان سے پردے کا بالکل اسی طرح حکم ہے جس طرح نامحرم مردوں سے ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

"اور اپنی اوڑھنیاں اپنے گریبانوں پر ڈال لیا کریں اور اپنا بناؤ سنگھار ظاہر نہ کریں مگر اپنے خاوندوں پر یا اپنے باپ دادا پر یا اپنے خاوندوں کے باپ دادا پر یا اپنے بیٹوں پر یا اپنے شوہروں کے بیٹوں (سوتیلے بیٹوں) پر یا اپنے بھائیوں پر یا اپنے بھتیجوں پر یا اپنے بھانجوں پر یا اپنی (مسلمان) عورتوں پر یا اپنے دائیں ہاتھ کی ملکیت (کنیزوں) پر یا عورتوں سے رغبت نہ رکھنے والے نوکر چاکر مردوں پر۔" (النور 31:24)

اسی طرح جو شخص پیدائشی طور پر مرد ہو، لیکن وہ عورتوں کا لباس پہنے اور ان کی سی وضع قطع اختیار کرے، اسے گھر میں داخل ہونے کی اجازت نہیں دینی چاہیے۔ مرد ہو کر عورت بننا لعنت کا باعث ہے۔

خواجہ سرا اور فرائض

خواجہ سرا پر بھی نماز، روزہ، زکاۃ، حج اور دیگر اسلامی احکام اسی طرح لاگو ہیں جس طرح دیگر مسلمان مرد و عورت پر لاگو ہیں، اس لیے انھیں بھی اپنے اسلامی فرائض کی پابندی کرنی چاہیے۔

خواجہ سرا اور وراثت

خواجہ سرا بھی اپنے والدین کی وراثت میں اسی طرح حق دار ہیں جس طرح دیگر اولاد حق دار ہے۔ اگر اس کی جنس مردوں کے قریب ہے، یعنی اس میں مردانہ خواص زیادہ پائے جائیں تو وہ مرد شمار ہوگا۔ اسی طرح اگر وہ عورتوں کے قریب ہے، یعنی اس میں زنانہ خواص زیادہ پائے جائیں تو وہ عورت شمار ہوگی اور وراثت کا تعین اسی حساب سے ہوگا۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

''اللہ تعالیٰ تمھیں تمھاری اولاد کے بارے میں تاکیدی حکم دیتا ہے کہ مرد کا حصہ دو عورتوں کے حصے کے برابر ہے۔'' (النساء 11:4)

ہم جنس پرستی (Homosexuality)

اللہ تعالیٰ نے نر اور مادہ کی شکل میں تمام جانداروں کے جوڑے بنائے ہیں اور فطری طور پر ان میں ایک دوسرے کے لیے کشش، وابستگی اور محبت کے جذبات رکھے ہیں، لیکن اگر کوئی غیر فطری طریقہ اختیار کرے اور اپنی دلچسپی اور جنسی تعلقات مخالف جنس کی بجائے اپنی ہی صنف کے ساتھ رکھے تو اسے ہم جنس پرستی کہتے ہیں۔

ہم جنس پرستی میں ایک مرد کا دوسرے مرد کے ساتھ اور ایک عورت کا دوسری عورت

کے ساتھ میاں بیوی والا تعلق ہوتا ہے۔ اس میں ایک فرد شوہر اور دوسرا بیوی کا کردار ادا کرتا ہے۔

ہم جنس پرستی کی اقسام

① مرد کے دوسرے مرد سے تعلقات، ایسا مرد اِغلام باز (Gay) کہلاتا ہے۔

② عورت کے دوسری عورت سے تعلقات، ایسی عورت مُساحقہ (Lesbian) کہلاتی ہے۔

① مرد کے مرد سے تعلقات

اس میں ایک مرد شوہر (Active Gay) اور دوسرا بیوی (Passive Gay) کا کردار ادا کرتا ہے، چونکہ بیوی کا کردار ادا کرنے والے مرد میں اندام نہانی (Vagina) موجود نہیں ہوتی، اس لیے وہ اس مقصد کے لیے اپنے پاخانے کی جگہ دُبر یا مقعد (Anus) کو استعمال کرتا ہے۔ شوہر کا کردار ادا کرنے والے مرد عام طور پر شادی کے بعد ٹھیک ہو جاتے ہیں اور صحیح شادی شدہ زندگی گزارتے ہیں، لیکن بیوی کا کردار ادا کرنے والے مرد عام طور پر شادی کے بعد بھی ٹھیک نہیں ہو پاتے اور کسی نہ کسی مرد ساتھی (شوہر) کی تلاش میں رہتے ہیں اور اپنی بیوی میں دلچسپی نہیں رکھتے۔

② عورت کے عورت سے تعلقات

عورت کے عورت سے تعلق میں ایک دوسری کے جنسی عضو کے نازک حصے بَظُر (Clitoris) کو ہاتھ سے رگڑ کر ہیجان حاصل کیا جاتا ہے اور مرد کے عضو تناسل کی جگہ مصنوعی عضو تناسل یا اسی قسم کی دیگر اشیاء کو باری باری ایک دوسرے کے ساتھ استعمال کیا جاتا ہے۔

وجوہات

① بچپن میں جنسی استحصال

اگر کسی بچے (لڑکے) کا بچپن میں بہت لمبے عرصے تک جنسی استحصال ہوتا رہا ہوتو ایسے بچے کے ہم جنس پرست بن جانے کے بہت زیادہ امکانات ہوتے ہیں، کیونکہ لمبے عرصے کے جنسی استحصال کی وجہ سے بچے کو جنسی تعلقات کی عادت پڑ چکی ہوتی ہے اور جنسی استحصال کے دوران میں بچہ چونکہ بیوی کا کردار ادا کرتا رہا ہوتا ہے، اس لیے بڑے ہونے پر شادی کے بعد بھی ٹھیک نہیں ہو پاتا۔

② دیر سے شادی ہونا

ہمارے معاشرے میں مختلف رسوم و رواج، زیادہ سے زیادہ کمانے کی حرص اور بہترین رشتوں کی تلاش جیسی وجوہات کی بنا پر دیر سے شادی کرنے کا رواج عروج پر ہے جس کی وجہ سے لوگ اپنی جسمانی ضروریات جائز طریقے سے پوری نہیں کر پاتے اور غلط طریقوں سے پوری کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ اس قسم کے لوگ عام طور پر شادی کے بعد ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

③ بدکردار لوگوں سے دوستی

بُرے لوگوں کی صحبت بھی بداخلاقی اور بے راہ روی پر اُکساتی ہے۔

والدین کا کردار

والدین کا کردار اس ضمن میں بہت اہم ہے۔ بہتر ہے کہ والدین پہلے ہی سے اس امر پر خصوصی توجہ دیں اور ایسے اقدامات اور احتیاطی تدابیر اختیار کر لیں کہ ان کا بچہ

جنسی استحصال کا شکار نہ ہو سکے۔ اس کے علاوہ ایسے بچے جو بلوغت کے قریب ہوں، ان کے روزمرہ کے معمولات اور دوستوں کے ساتھ تعلقات پر خصوصی نظر رکھیں تاکہ انھیں ایسا موقع ہی نہ مل سکے کہ وہ اس اخلاقی برائی کا شکار ہوں۔

اسلام اور ہم جنس پرستی

سیدنا لوط علیہ السلام اللہ تعالیٰ کے نبی تھے۔ ان کی قوم میں سب سے بڑی اخلاقی برائی یہ تھی کہ وہ عورتوں کے بجائے مردوں سے جنسی شہوت پوری کرتے تھے۔ اس فحاشی کی موجد یہی قوم تھی۔ اس فحاشی کو اِغلام بازی یا لواطت کہا جاتا ہے۔

سیدنا ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''کوئی مرد دوسرے مرد کی شرمگاہ نہ دیکھے اور کوئی عورت دوسری عورت کی شرمگاہ نہ دیکھے۔ کوئی مرد دوسرے مرد کے ساتھ ایک کپڑے میں نہ لیٹے اور کوئی عورت دوسری عورت کے ساتھ ایک کپڑے میں نہ لیٹے۔'' (صحیح مسلم، حدیث: 338)

سیدنا ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جسے تم پاؤ کہ وہ قومِ لوط کا سا عمل کرتے ہیں تو کرنے اور کرانے والے (دونوں) کو قتل کردو۔''

(سنن أبي داود، حديث: 4462)

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس شخص کے بارے میں جو سیدنا لوط علیہ السلام کی (بدکار) قوم والی حرکت کرتا ہے، فرمایا: ''اوپر والے اور نیچے والے کو سنگسار کردو۔ ان دونوں کو سنگسار کردو۔'' (سنن ابن ماجہ، حدیث: 2561)

سیدنا جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''مجھے اپنی امت پر جن گناہوں (میں مبتلا ہونے) کا سب سے زیادہ خطرہ ہے، (ان میں سے

ایک) قوم لوط کا عمل ہے۔'' (سنن ابن ماجه، حديث : 2563)

اسی طرح جو شخص کسی جانور سے بدکاری کرے، اس کی سزا بھی قتل ہی ہے۔

سیدنا عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جو شخص محرم عورت سے بدکاری کرے، اسے قتل کر دو اور جو شخص کسی جانور سے بدفعلی کرے، اسے بھی قتل کر دو اور اس جانور کو بھی ہلاک کر دو۔'' (سنن ابن ماجة، حديث : 2564)

مردوں اور عورتوں کے پوشیدہ امراض

SEXUALLY TRANSMITTED DISEASES (STDS)

مصائب اور بیماریوں کے ظاہری اسباب کے علاوہ کچھ روحانی اور باطنی اسباب بھی ہوتے ہیں، انھی کی طرف اشارہ کرتے ہوئے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

''اے جماعت مہاجرین! پانچ چیزیں ہیں کہ جب تم ان میں مبتلا ہو گئے (تو ان کی سزا ضرور ملے گی۔) اور میں اللہ تعالیٰ سے پناہ مانگتا ہوں کہ وہ چیزیں تمھیں پیش آ جائیں: ① فحش کاری جب کسی قوم میں عام ہو جائے، یہاں تک کہ لوگ کھلے عام اس کا ارتکاب کرنے لگیں تو ان میں ایسی وبائیں اور ایسی بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں جن کا ان کی پہلی نسلوں میں کبھی گزر نہیں ہوا ہوتا۔ ② جب وہ ناپ تول میں کمی کرتے ہیں تو خشک سالی آتی ہے، ضروریات زندگی دستیاب نہیں ہوتیں اور حکمران طبقے کا ستم سہنا پڑتا ہے۔ ③ جب بھی لوگوں میں زکاۃ نہ دینے کا رجحان پھیلتا ہے تو آسمان سے بارش بند ہو جاتی ہے، اگر پرند چرند نہ ہوں تو ان کو کبھی بارش نہ ملے۔ ④ جب لوگ اللہ تعالیٰ

اور رسول ﷺ کی عہد شکنی کرتے ہیں تو اللہ تعالیٰ ان پر باہر سے دشمنوں کو مسلط کردیتا ہے جوان کے ہاتھ میں پڑی ہر چیز چھین لیتے ہیں۔⑤ جب ان کے حکمران وقائدین کتاب اللہ کی رو سے فیصلے نہیں کرتے اور اللہ تعالیٰ کے اتارے ہوئے احکام اختیار نہیں کرتے تو اللہ تعالیٰ ان کو باہمی خانہ جنگی میں مبتلا کردیتا ہے۔'' (سنن ابن ماجہ، حدیث: 4019)

پوشیدہ امراض سے مراد وہ بیماریاں ہیں جو ہمبستری کے دوران میں متاثرہ شخص سے دوسرے شخص کو خون، منی یا لیکوریا کے ذریعے لگتی ہیں۔ یہ بیماریاں مرد اور عورت دونوں کو یکساں طور پر لگ سکتی ہیں، لیکن مرد کی نسبت عورت کو زیادہ آسانی سے منتقل ہوسکتی ہیں۔ اگر مرد کسی پوشیدہ مرض میں مبتلا ہو تو اس کی منی کے ذریعے انفیکشن عورت کے اندرونی حصوں میں پھیل سکتا ہے۔

اس کے علاوہ یہ بیماریاں حمل یا زچگی کے دوران میں ماں سے بچے کو بھی منتقل ہو سکتی ہیں۔ یہ بیماریاں ہمبستری کے علاوہ انتقالِ خون، استعمال شدہ سرنج اور بلیڈ کے ذریعے بھی منتقل ہوسکتی ہیں۔

پوشیدہ امراض کی پیچیدگیاں

پوشیدہ امراض کا فوراً علاج شروع کروانا چاہیے ورنہ یہ شدید نوعیت کی پیچیدگیوں کا باعث بن سکتے ہیں۔ پوشیدہ امراض سے درج ذیل مسائل کا سامنا ہوسکتا ہے:

- عورت یا مرد میں بانجھ پن (بے اولادی۔)
- مردہ بچوں کی پیدائش یا وقت سے پہلے کمزور یا نابینا بچوں کی پیدائش۔
- رحم کی بجائے ٹیوب میں حمل ٹھہر جانا۔

- پیٹ کے نچلے حصے (Pelvis) میں شدید درد۔
- رحم کے منہ (Cervix) کا کینسر۔

پوشیدہ امراض کی علامات

پوشیدہ امراض کی بہت سی علامات ہوتی ہیں اور عام طور پر یہ علامات بیماری کے آغاز ہی میں نمودار نہیں ہوتیں بلکہ وقت کے ساتھ ساتھ واضح ہوتی ہیں، نیز اگر میاں بیوی میں سے کسی ایک کو پوشیدہ بیماری لاحق ہو جائے تو دوسرے کو ضرور اپنا طبی معاینہ کروالینا چاہیے۔

اگر آپ ان علامات میں سے کوئی علامت محسوس کریں تو فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کریں، ورنہ سخت پریشانی کا سامنا ہوسکتا ہے۔

- اندام نہانی یا عضو تناسل سے غیر معمولی اخراج۔
- پیشاب کے دوران میں جلن یا تکلیف محسوس ہونا۔
- اندام نہانی سے بدبودار مادے کا اخراج۔
- خصیوں یا عضو تناسل میں تکلیف محسوس ہونا۔
- جماع کے دوران میں تکلیف محسوس ہونا۔
- پیٹ کے نچلے حصے میں درد۔
- پیٹ اور ہاتھوں یا پیروں پر خراش (Rash) ہونا۔

حمل اور پوشیدہ امراض

عام طور پر تمام پوشیدہ امراض زچگی کے دوران میں ماں سے بچے کو منتقل ہو جاتے ہیں اور بے انتہا خطرناک ثابت ہوتے ہیں، اس لیے پوشیدہ امراض کی صورت میں

آپریشن کے ذریعے سے بچے کی پیدائش کرائی جائے یا پیدائش کے فوراً بعد ان امراض کا علاج شروع کروایا جائے۔

① آتشک (Gonorrhqea)

پوشیدہ امراض میں یہ سب سے خطرناک اور تکلیف دہ بیماری ہے جو پورے جسم کو متاثر کرتی ہے۔ اس کا علاج مشکل سے ہوتا ہے۔ اگر بروقت علاج شروع کرا لیا جائے تو بیماری جلدی ختم ہو جاتی ہے ورنہ یہ کئی سال تک جسم کے اندر موجود رہ سکتی ہے اور بڑھتی رہتی ہے اور اگر علاج نہ کیا جائے تو جوڑوں اور دل و دماغ کو متاثر کرتی ہے، نیز دل کے امراض، دماغی کمزوری اور فالج کا باعث بنتی ہے۔

آتشک کی علامات

عام طور پر اس بیماری کی علامات بیماری لگنے کے 2 تا 10 دنوں کے اندر نمودار ہو جاتی ہیں۔

- پیشاب میں جلن یا درد۔
- خصیوں کی سوجن یا درد۔
- اندام نہانی یا عضو تناسل سے غیر معمولی اخراج۔
- اندام نہانی سے زرد، ہرے رنگ یا خون کی آمیزش والا اخراج۔
- پیٹ کے نچلے حصے میں درد۔
- ماہواری کی تاریخ نہ ہونے کے باوجود خون آنا۔
- مجامعت کے دوران میں درد ہونا یا خون آنا۔
- الٹی اور بخار۔

پیٹھ، یا دُبر میں انفیکشن کی علامات

- دُبر (مقعد) سے خون یا مادے کا اخراج۔
- دُبر میں سوجن اور خارش۔
- پاخانہ کرتے ہوئے تکلیف محسوس کرنا۔

حمل اور آتشک

آتشک کی بیماری دوران حمل حاملہ عورت سے بچے کو لگ سکتی ہے جس سے بچہ وقت سے پہلے معذور یا مردہ ہوسکتا ہے۔

② سوزاک (Syphilis)

سوزاک کی بیماری عام طور پر تین مرحلوں میں ہوتی ہے اور اس کی علامات بیماری لگنے کے 10 سے 90 دنوں بعد ظاہر ہوتی ہیں۔

پہلا مرحلہ (Stage-1)

پہلے مرحلے میں منہ یا شرمگاہ پر بغیر تکلیف کے السر یا زخم نمودار ہوتے ہیں جو تین ہفتوں کے اندر بغیر نشان چھوڑے خود بخود ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ عام طور پر آپ پہلی سٹیج پر اس بیماری کے بارے میں نہیں جان سکتے کیونکہ یہ زخم تکلیف دہ نہیں ہوتے۔

دوسرا مرحلہ (Stage-2)

زخم ٹھیک ہونے کے کچھ عرصہ بعد اس بیماری کا دوسرا مرحلہ شروع ہو جاتا ہے۔ دوسرا مرحلہ بیماری لگنے کے چھ ہفتوں سے لے کر چھ ماہ بعد تک شروع ہوسکتا ہے۔ اس مرحلے میں ہتھیلیوں اور پیروں کے تلووں پر سرخ رنگ کی گول سکہ نما خراشیں (Rashes)

نمودار ہوتی ہیں جو آہستہ آہستہ پورے جسم پر پھیل جاتی ہیں۔ اس کے علاوہ منہ کے اندر سفید دھبے اور سوجے ہوئے غدود کی شکایت بھی پائی جاتی ہے۔ مزید برآں بخار، وزن میں کمی اور ٹکڑیوں میں بالوں کا گرنا اس کی دیگر علامات میں سے ہیں۔

تیسرا مرحلہ (Stage-3)

اگر اس بیماری کا علاج نہ کروایا جائے تو یہ بیماری تیسرے مرحلے میں داخل ہو جاتی ہے جس میں دل، دماغ اور اعصاب کی شدید پیچیدگیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے اور اندھاپن، نامردی، شیزوفرینیا (Dementia) حتیٰ کہ موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔

③ پوشیدہ اعضاء کی ہرپیز (Genital Herpes)

ہرپیز ایک متعدی جلدی بیماری ہے جو وائرس کی وجہ سے پھیلتی ہے۔ یہ منہ یا پوشیدہ اعضاء پر بھی ہو سکتی ہے۔ اس کا کوئی علاج نہیں، لیکن تکلیف کم کرنے کے لیے ادویات استعمال کی جا سکتی ہیں۔ یہ بیماری بار بار آتی جاتی رہتی ہے اور اگر زخم ہلکے ہوں تو متاثرہ شخص اسے کوئی جلدی مسئلہ یا کیڑے کے کاٹنے کا زخم سمجھتا ہے۔

ہرپیز کی علامات

اس کی علامات دو دنوں سے لے کر کئی ہفتوں تک ظاہر ہو سکتی ہیں۔

- شرمگاہ یا دُبر میں خارش یا جلن۔
- بخار، سر درد یا نزلہ زکام جیسی کیفیت۔
- پیشاب کے دوران میں تکلیف محسوس ہونا۔
- شرمگاہ میں سوجی ہوئی گلٹیاں بن جانا۔
- پیٹ میں دباؤ محسوس ہونا۔

❋ اندام نہانی، رحم کے منہ، عضو تناسل یا دُبر پر سرخ رنگ کے چھوٹے چھوٹے چھالے بن جانا جو بعد میں پھوٹ کر زخم بن جائیں اور شدید تکلیف دہ ہوں۔

نوٹ: زخم کو ہاتھ لگانے سے پہلے اور بعد میں صابن سے ہاتھ دھولیں اور بہتر ہے سرجیکل سکرب (Surgical Scrub)، جو میڈیکل سٹور پر بآسانی دستیاب ہوتی ہے، سے ہاتھ دھوئیں۔ اس سے جراثیم دوسروں تک نہیں پھیلیں گے۔

اپنی یا بچوں کی آنکھوں کو بالکل ہاتھ نہ لگائیں کیونکہ اس سے آنکھوں کی ہرپیز ہونے کا خطرہ ہے جو بہت خطرناک ہوتی ہے۔

④ اعضائے مخصوصہ کے مسے (Genital Warts)

یہ ایک خاص قسم کے وائرس کی وجہ سے ہوتے ہیں اور عام مسوں کی طرح ہوتے ہیں۔ جب تک یہ مسے اندام نہانی یا عضو تناسل کے سوراخ کے اندر ہوں، متاثرہ شخص ان سے بے خبر ہی رہتا ہے۔

علامات

❋ شرمگاہ میں تکلیف اور بے آرامی۔

❋ جماع کے دوران میں خون آنا۔

❋ عورت کی اندام نہانی کے اندر، بچہ دانی کے منہ (Cervix) پر، اندام نہانی کے باہر یا اس کی تہوں میں یا دُبر کے اردگرد چھوٹے چھوٹے گچھوں کی شکل میں مسوں کا ہونا۔

❋ مردوں میں عضو تناسل، خصیوں یا دبر کے اوپر مسوں کا ہونا۔

نوٹ: اگر پوشیدہ اعضاء پر مسوں کے بجائے بڑے بڑے چھالا نما دانے ہوں تو یہ مسے نہیں بلکہ آتشک کے چھالے ہو سکتے ہیں۔

باب سوم

ازدواجی تعلقات (Sexual Relationship)

نکاح

نکاح سیدنا آدم علیہ السلام سے تمام انبیاء کی سنت چلا آرہا ہے اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی بھی سنت ہے۔ ارشاد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے: ''نکاح میری سنت ہے۔'' (سنن ابن ماجه، حديث: 1846)

نکاح کے مقاصد

① عزت وعصمت کی حفاظت

نکاح ایک انسان کی عزت وعصمت کی حفاظت کرتا ہے اور انسان کو بدکاری سے محفوظ رکھتا ہے۔ ارشاد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے:

''اے نوجوانوں کی جماعت! تم میں سے جو شخص قوت پاتا ہو وہ نکاح کرے کیونکہ اس سے نگاہ نیچی ہوتی ہے اور شرم گاہ محفوظ ہو جاتی ہے۔'' (صحيح البخاري، حديث: 5065)

② نسل انسانی کی بقا

نکاح کا ایک مقصد مسلمانوں کی تعداد کو بڑھا کر اللہ تعالیٰ کی راہ میں جہاد کرنے والوں اور اس کے دین کی حفاظت کرنے والوں کو جنم دینا ہے۔ حدیث نبوی ہے:

''تم بہت بچے جننے والیوں اور بہت محبت کرنے والیوں سے نکاح کرو۔ بے شک میں تمھاری کثرت کی وجہ سے روز قیامت دوسری امتوں پر فخر کروں گا۔'' (سنن أبي داود، حديث: 2050)

③ سکون و راحت کا حصول

اللہ تعالیٰ نے ہر مخلوق کا جوڑا بنایا تا کہ وہ ایک دوسرے سے سکون و راحت حاصل کرے۔ نکاح کا مقصد میاں بیوی میں محبت و الفت کے جذبات پیدا کرنا ہے۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''وہ (اللہ تعالیٰ) ایسا ہے کہ جس نے تم کو ایک جان سے پیدا کیا اور اسی سے اس کا جوڑا بنایا تا کہ وہ اس سے سکون حاصل کرے۔'' (الأعراف 189:7)

سیدنا ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''آپس میں محبت رکھنے والوں کے لیے نکاح جیسی کوئی چیز نہیں دیکھی گئی۔'' (سنن ابن ماجه، حدیث: 1847)

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''اور اللہ کی نشانیوں میں سے ہے کہ اس نے تمھارے لیے تمھاری ہی جنس سے بیویاں پیدا کیں تا کہ تم ان سے سکون حاصل کرو۔'' (الروم 21:30)

عورت کا تحفظ

اللہ تعالیٰ نے فطری طور پر عورت کو کمزور بنایا ہے، اس لیے نکاح کے ذریعے سے مرد کو اس کی حفاظت اور نان ونفقہ کا ذمہ دار ٹھہرایا ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''مرد عورتوں پر حاکم ہیں اس وجہ سے کہ اللہ تعالیٰ نے ایک کو دوسرے پر فضیلت دی ہے اور اس وجہ سے بھی کہ وہ اپنے مال خرچ کرتے ہیں۔'' (النساء 34:4)

حق مہر

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

﴿فَمَا اسْتَمْتَعْتُمْ بِهٖ مِنْهُنَّ فَاٰتُوْهُنَّ اُجُوْرَهُنَّ فَرِيْضَةً ۚ وَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ فِيْمَا تَرٰضَيْتُمْ بِهٖ مِنْۢ بَعْدِ الْفَرِيْضَةِ ۚ اِنَّ اللّٰهَ كَانَ عَلِيْمًا حَكِيْمًا ۝﴾

''پھر جن سے مہر کے عوض تم فائدہ اٹھاؤ، انھیں ان کے مقرر کیے ہوئے مہر دے دو۔ اگر تم مہر مقرر کر لینے کے بعد اس میں (کمی بیشی) پر راضی ہو جاؤ تو تم پر کوئی گناہ نہیں، بلاشبہ اللہ تعالیٰ خوب جاننے والا، بڑی حکمت والا ہے۔'' (النسآء 24:4)

ہمارے ہاں بہت سے خاندانوں میں رخصتی سے پہلے لڑکی کو بتایا جاتا ہے کہ اس نے شوہر سے حق مہر نہیں لینا یا دلہا کی طرف سے حق مہر وصول نہ کرنے کے لیے مختلف حیلے بہانے سے لڑکی پر دباؤ ڈالا جاتا ہے۔ یہ درست نہیں ہے۔ حق مہر نہ دینے والے کے لیے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''جو آدمی کسی عورت سے تھوڑے یا زیادہ مہر پر نکاح کرے اور اس کے دل میں مہر کی ادائیگی کا خیال ہی نہ ہو تو وہ اس عورت کو دھوکہ دینے والا ہے اور

اگر مہر کی ادائیگی کے بغیر فوت ہو گیا تو وہ اللہ تعالیٰ کے سامنے زانی کی حیثیت سے کھڑا کیا جائے گا۔" (صحيح الترغيب و الترهيب للألباني: 1807)

لیکن اگر کوئی عورت بغیر کسی دباؤ کے خوش دلی سے حق مہر کا کچھ حصہ یا سارا معاف کر دے تو اس کے لیے جائز ہے اور اس کا خاوند اسے خوش دلی سے کھا سکتا ہے، لیکن اگر بیوی، شوہر کی بداخلاقی یا برے برتاؤ کی وجہ سے معاف کرے تو وہ معاف نہیں ہوگا۔ ارشادِ الٰہی ہے:

"اور عورتوں کو ان کے مہر خوش دلی سے دو، پھر اگر وہ اس میں سے کوئی چیز تمھارے لیے چھوڑنے پر دل سے خوش ہو جائیں تو تم اسے شوق سے کھا سکتے ہو۔" (النسآء 4:4)

حق مہر کتنا ہو؟

اسلام میں حق مہر کی کوئی مخصوص مقدار مقرر نہیں ہے۔ ہر فرد اپنی استطاعت کے حساب سے ادا کر سکتا ہے۔ سیدنا سہل بن سعد رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک آدمی سے فرمایا: "اسے (حق مہر کے طور پر) کچھ دو، چاہے لوہے کی انگوٹھی ہی ہو۔" (صحيح البخاري، حديث: 5029)

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

"اور تم ان میں سے کسی کو خزانہ (بھی بطور مہر) دے چکے ہو تو اس میں سے (طلاق کے وقت) کچھ بھی واپس نہ لو۔" (النسآء 4:20)

سیدہ ام حبیبہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ وہ عبیداللہ بن جحش کے نکاح میں تھیں۔ وہ حبشہ کی سرزمین میں وفات پا گیا تو نجاشی (شاہ حبشہ) نے ان کا نکاح نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے

کر دیا اور انھیں نبی کریم ﷺ کی طرف سے چار ہزار درہم مہر دیا اور پھر انھیں شرحبیل بن حسنہ رضی اللہ عنہ کے ساتھ آپ ﷺ کی طرف روانہ کر دیا۔ (سنن أبي داود، حديث: 2117)

بہترین حق مہر

نبیِ کریم ﷺ کا ارشادِ گرامی ہے:

''سب سے بہترین نکاح وہ ہے جو (حق مہر کے اعتبار سے) زیادہ آسانی والا ہو۔'' (سنن أبي داود، حديث: 2117)

''سب سے بہترین حق مہر وہ ہے جسے ادا کرنا آسان ہو۔'' (صحيح الجامع، حديث: 3279)

شرعی حق مہر

ہمارے ہاں شرعی حق مہر 32 روپے چار آنے، یعنی سوا بتیس روپے سمجھا جاتا ہے جو بالکل غلط ہے۔ ایسی کوئی صحیح حدیث نہیں ہے جس میں حق مہر کی تعیین سوا بتیس روپے سے کی گئی ہو، پھر اتنے روپوں میں تو لوہے کی انگوٹھی بھی خریدنا ممکن نہیں۔ اصل بات یہ ہے کہ شریعت میں حق مہر کی کوئی حد مقرر نہیں ہے بلکہ دونوں فریق باہمی رضامندی سے لڑکے کی استطاعت کے مطابق جتنا مقرر کر لیں، وہ شرعی حق مہر ہوگا۔

ابوسلمہ بن عبدالرحمٰن بیان کرتے ہیں کہ میں نے ام المومنین سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے پوچھا: رسول اللہ ﷺ (کی ازواج مطہرات رضی اللہ عنہن) کا حق مہر کیا تھا؟ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا کہ بارہ اوقیہ اور ایک نَش، پھر سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا نے پوچھا: جانتے ہو نَش کتنا ہوتا ہے؟ ابوسلمہ نے کہا: نہیں۔ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا: آدھا اوقیہ۔ یہ کل پانچ سو درہم بنتے۔ یہ رسول کریم ﷺ کا اپنی ازواج مطہرات کے لیے حق مہر تھا۔ (صحيح مسلم، حديث: 1426)

ابو عجفاء سلمی رحمہ اللہ کہتے ہیں کہ سیدنا عمر رضی اللہ عنہ نے ہمیں خطبہ دیا اور فرمایا: لوگو! سنو، عورتوں کا مہر زیادہ مقرر نہ کرو۔ اگر زیادہ مہر مقرر کرنا دنیا میں عزت کا باعث اور اللہ کے ہاں تقویٰ کا موجب ہوتا تو نبی اکرم ﷺ ایسا کرنے کے سب سے زیادہ حق دار تھے، حالانکہ رسولِ اکرم ﷺ نے اپنی کسی بیوی اور اپنی صاحبزادیوں میں سے کسی کا مہر بارہ اوقیہ سے زیادہ مقرر نہیں فرمایا۔ (سنن أبي داود، حديث: 2106)

نکاح کے موقع پر رکھی گئی شرائط

اسی طرح نکاح کے موقع پر رکھی گئی جائز شرائط، مثلاً: لڑکی کے لیے مزید تعلیم کا حصول یا نوکری کی اجازت یا دیگر شرائط ہوں تو انھیں پورا کرنا لڑکے والوں پر لازم ہے، تاہم غیر شرعی شرائط رکھنے کی اجازت نہیں ہے۔

مرد اور عورت کی فطرت اور جسمانی ساخت

① مرد اور عورت کی فطرت

مرد اور عورت فطری طور پر ایک دوسرے کے بالکل برعکس ہوتے ہیں۔ مرد عام طور پر گرمجوش اور جوشیلے ہوتے ہیں اور جنسی طور پر فعال (Active) ہوتے ہیں، نیز جلد جنسی فعل پر آمادہ ہو جاتے ہیں۔ ازدواجی تعلقات میں تمام کردار مرد ہی کو ادا کرنا ہوتا ہے جبکہ عورت فطرتاً شرمیلی ہوتی ہے اور ازدواجی فعل (جماع) کے لیے دیر سے تیار ہوتی ہے، نیز ازدواجی تعلقات میں اس کا خاموش (Passive) کردار ہوتا ہے۔ اسی لیے نکاح کے وقت کنواری عورت کی خاموشی ہی اس کی رضا مندی شمار کی جاتی ہے جیسا کہ حدیث میں ہے۔ نبیِ کریم ﷺ نے فرمایا:

''کنواری عورت کا نکاح اس وقت تک نہ کیا جائے جب تک اس کی اجازت نہ مل جائے۔'' صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے کہا: یا رسول اللہ! اس کی اجازت کیسے ہوگی؟ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''ایسے کہ وہ خاموش رہ جائے (یہ خاموشی اس کی اجازت سمجھی جائے گی)۔'' (صحيح البخاري، حديث: 513)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے، انھوں نے عرض کیا: یا رسول اللہ! کنواری لڑکی (کہتے ہوئے) شرمائے گی۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''اس کا خاموش ہو جانا ہی اس کی رضامندی ہے۔'' (صحيح البخاري، حديث: 5137)

② مرد کا تولیدی نظام

مرد کا تولیدی نظام زیادہ تر جسم کے باہر ہوتا ہے، جیسے عضو تناسل اور خصیے وغیرہ۔ خصیے منی کے مردانہ جرثومے (Sperms) بناتے ہیں۔ مباشرت کے وقت منی مرد کے عضو تناسل سے خارج ہوتی ہے۔ منی میں موجود جرثومے عورت کے انڈے سے ملاپ کے بعد بچے کی پیدائش کا باعث ہوتے ہیں۔

مرد کی تیاری

مردوں میں پیشاب اور منی کے اخراج کے لیے ایک ہی نالی ہوتی ہے۔ مباشرت (جماع) کے وقت عضو تناسل میں تناؤ پیدا ہو جاتا ہے اور منی عضو تناسل سے زور سے خارج ہوتی ہے۔ منی کے اخراج کے ساتھ ہی ہیجان حاصل ہوتا ہے۔

عضو تناسل (Penis)

ہر فرد کے عضو تناسل کا سائز دوسرے فرد سے مختلف ہوتا ہے، لیکن بہت زیادہ فرق

نہیں ہوتا اور یہ بالکل سیدھا نہیں ہوتا بلکہ دائیں یا بائیں جانب جھکاؤ لیے ہوئے ہوتا ہے، تاہم بعض افراد کا بالکل سیدھا بھی ہوتا ہے، لیکن ایسا بہت کم ہوتا ہے۔

③ عورت کا تولیدی نظام

عورت کا تولیدی نظام زیادہ تر جسم کے اندر ہوتا ہے اور مرد کے برعکس عورت میں پیشاب کے اخراج اور مرد سے ملاپ کے لیے دو مختلف جگہیں ہوتی ہیں، یعنی پیشاب کی نالی اور اندام نہانی۔ یعنی عورت میں مرد کے برعکس تین جگہیں پائی جاتی ہیں پیشاب کی نالی، اندام نہانی اور مقعد۔ اندام نہانی پیشاب کی نالی کے بالکل نیچے، یعنی پیشاب کی نالی اور مقعد کے درمیان والی جگہ پر پائی جاتی ہے۔

عورت کی تیاری

عورت کی تیاری کی ظاہری طور پر علامات نہیں ہوتیں جن سے مرد اپنی بیوی کے موڈ اور مزاج کا اندازہ لگا سکے۔ اس مقصد کے لیے مرد کو خود ہی اپنی بیوی کے طور اطوار سے اندازہ لگانا پڑتا ہے۔

اندام نہانی یا فرج (Vagina)

عورت کی اندام نہانی بالکل سیدھی نہیں ہوتی بلکہ اردو کے حرف (ب) کی طرح ٹیڑھی ہوتی ہے اور اس کا صرف بیرونی ایک تہائی (1/3) حصہ یعنی ایک ڈیڑھ انچ حصہ ہی حساس ہوتا ہے اور باقی حصے میں عورت کچھ بھی محسوس نہیں کرتی۔

پردہ بکارت (Hymen)

عورت میں اندام نہانی (Vagina) کے منہ پر ایک باریک سی جھلی ہوتی ہے جو

جسمانی تعلق قائم کرنے پر ٹوٹ جاتی ہے اور جھلی کے ٹوٹنے کے نتیجے میں تھوڑا سا خون نکل آتا ہے جو صرف ایک آدھا قطرہ ہی ہوتا ہے۔

ہمارے معاشرے میں یہ تصور عام ہے کہ اگر شادی کی پہلی رات ملاپ (جماع) کے بعد اندام نہانی سے خون نہ نکلے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ عورت کنواری نہیں ہے۔ یہ ایک غلط تصور ہے کیونکہ جدید سائنس اس بات کو بار بار ثابت کر چکی ہے کہ پردۂ بکارت کا کنوارے پن اور پاکیزگی سے کوئی تعلق نہیں کیونکہ

❋ کچھ لڑکیوں میں پیدائشی طور پر پردہ بکارت سرے سے موجود ہی نہیں ہوتا۔

❋ پردہ بکارت ایک بالکل باریک سی جھلی ہوتی ہے اور بعض اوقات اس کے ٹوٹنے کے باوجود خون نہیں نکلتا۔

❋ پردہ بکارت حادثاتی طور پر کسی چوٹ، انفیکشن یا اندام میں انگلی ڈالنے کی وجہ سے بھی ٹوٹ جاتا ہے۔

❋ بہت زیادہ ورزش، کھیل کود یا جسمانی کاموں کے نتیجے میں بھی یہ ٹوٹ سکتا ہے۔

❋ بعض اوقات پردہ بکارت میں پہلے ہی سے سوراخ موجود ہوتا ہے جو ماہواری آنے کے سبب بڑا ہوتے ہوئے آخر کار اس کے ٹوٹنے کا سبب بن جاتا ہے۔

❋ بعض خواتین میں پردہ بکارت بہت لچکدار ہوتا ہے اور جماع کے بعد واپس اپنی اصل حالت میں آجاتا ہے۔

پردہ بکارت کے احکام

اسلام میں جنسی معاملات سے متعلق ہر چیز کے بارے میں واضح طور پر احکام موجود ہیں، لیکن پردہ بکارت کے بارے میں سرے سے کوئی ذکر موجود نہیں۔ اس کا

مطلب ہے کہ پردہ بکارت کسی بھی قسم کی اہمیت کا حامل نہیں ہے اور پاکیزگی کا تعلق پردہ بکارت کے بجائے تقویٰ، باطنی پاکیزگی اور ایمان کی پختگی سے ہے۔

شادی کی پہلی رات

شادی کی پہلی رات مرد اور عورت دونوں کے لیے انوکھا تجربہ ہوتا ہے کیونکہ دونوں ہی ناتجربہ کار ہوتے ہیں اور عورت چونکہ فطرتاً شرمیلی ہوتی ہے، اس لیے ایک دوسرے سے بے تکلفی پیدا کرنے میں مرد ہی کو اہم کردار ادا کرنا پڑتا ہے۔

مرد جنسی طور پر گرمجوش اور جوشیلے ہوتے ہیں اور ان میں جنسی فعل کی شدید خواہش پائی جاتی ہے، اس لیے وہ سمجھتے ہیں کہ صنف مخالف میں بھی یہ خواہش اس قدر ہی شدید پائی جاتی ہوگی اور وہ بھی جنسی فعل کے بارے میں ان کی طرح ہی بے چین ہوگی جبکہ حقیقت یہ ہے کہ ہمارے معاشرے میں زیادہ تر کنواری لڑکیوں کو شادی سے پہلے ازدواجی تعلقات کے بارے میں سرے سے کچھ معلوم ہی نہیں ہوتا اور شوہر سے ملاقات کے بعد ہی پہلی دفعہ صحیح معنوں میں معلوم ہوتا ہے۔

شادی کی پہلی رات کے بارے میں خواتین کو صرف یہ بتایا جاتا ہے کہ بس جو تمھارا شوہر کہے وہی کرنا اور کسی بھی کام سے انکار نہ کرنا۔ اب آپ اس بات سے اندازہ لگا سکتے ہیں کہ خواتین کو ازدواجی تعلقات کے بارے میں کیا کچھ معلوم ہوتا ہے۔

کارکردگی (Performance) کا خوف

میاں بیوی میں بے تکلفی پیدا کرنے میں اہم کردار مرد ہی کا ہوتا ہے، اس لیے مرد اپنی بیوی سے پہلی ملاقات پر کارکردگی کے خوف سے گھبراہٹ کا شکار ہو جاتے ہیں،

اس لیے اپنی بیوی کے پاس جانے سے ایک گھنٹہ پہلے ٹینشن کم کرنے کے لیے درج ذیل میں سے کوئی سی بھی گولی لے لیں۔

ایک گولی ALP 0.5mg یا Xanax 0.5mg یا Anpra 0.5mg

نوٹ

یہ گولیاں صرف شادی کے شروع کے چند دنوں ہی میں جب ذہنی تناؤ زیادہ ہوتا ہے، استعمال کی جاسکتی ہیں۔ زیادہ لمبے عرصے تک اس دوائی کے استعمال کی وجہ سے آپ اس دوائی کے عادی ہو سکتے ہیں اور بے خوابی، بے چینی یا اسی قسم کے دیگر مسائل کا سامنا ہوسکتا ہے۔

دُلھا کی دُلھن کے لیے دعا

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''جب تم میں سے کوئی شخص شادی کرے یا خادمہ (لونڈی) خریدے تو اس کی پیشانی پر ہاتھ رکھ کر یہ دعا کرے:

اَللّٰهُمَّ اِنِّیْٓ اَسْئَلُكَ خَيْرَهَا وَخَيْرَ مَاجَبَلْتَهَا عَلَيْهِ وَاَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّهَا وَشَرِّ مَا جَبَلْتَهَا عَلَيْهِ

''اے اللہ میں سوال کرتا ہوں تجھ سے اس کی بھلائی کا اور اس چیز کی بھلائی کا جس پر تو نے اسے پیدا کیا اور میں تیری پناہ میں آتا ہوں اس کے شر سے اور اس چیز کے شر سے جس پر تو نے اسے پیدا کیا۔'' (سنن أبي داود، حديث: 2160)

بیوی کے پاس آنے کی دعا

بیوی سے مجامعت کے وقت برہنہ ہونے سے پہلے درج ذیل دعا ضرور پڑھیں۔

بہتر ہے کہ اسے زبانی یاد کرلیا جائے:

بِسْمِ اللهِ اَللّٰهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا

"اللہ کے نام کے ساتھ، الٰہی! ہمیں بچا شیطان (مردود) سے اور بچا شیطان سے (اس اولاد کو بھی) جو تو ہمیں عطا فرمائے۔" (صحيح البخاري، حديث :141)

بیوی سے بے تکلفی

میاں بیوی زندگی بھر کے ساتھی ہوتے ہیں اور بیوی سے جنسی تعلقات بھی عمر بھر کے لیے ہی ہوتے ہیں۔ بیوی آپ کو صرف ایک رات کے لیے نہیں بلکہ ہر رات کے لیے ملی ہے، اس لیے شادی کی پہلی رات اپنا سارا دھیان صرف کارکردگی (Performance) اور ملاپ پر لگائے رکھنے کے بجائے بیوی سے دوستی اور بے تکلفی پیدا کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ اس مقصد کے لیے بیوی سے عام معمول کی ہلکی پھلکی گپ شپ سے آغاز کریں۔

❋ عام طور پر عورت پہلی دفعہ کسی مرد کے ساتھ تنہائی پر گھبرائی ہوئی ہوتی ہے، اس لیے سب سے پہلے اپنی بیوی سے ہلکی پھلکی باتیں کریں اور آرام دہ اور پرسکون ماحول بنائیں تاکہ اس کا خوف دور ہو۔

❋ جب آپ اپنی بیوی کو پرسکون محسوس کریں تو آپ اس سے آہستہ آہستہ بے تکلفی پیدا کریں اور اس کے جسم کے مختلف حصوں کو چھوئیں اور کبھی جلدی مت کریں۔

❋ عورت مزاجاً شرمیلی ہوتی ہے اور منہ سے کبھی بول کر نہیں بتائے گی۔ آپ کو خود اس کے طور اطوار سے اندازہ لگانا پڑے گا۔ اگر آپ کی بیوی آپ کی بے تکلفی کو خاموشی سے قبول کر رہی ہے تو اس کا مطلب ہے کہ آپ مزید آگے بڑھ سکتے ہیں۔

❁ جب آپ اپنی بیوی کے رویے سے محسوس کریں کہ وہ مکمل طور پر تیار ہو چکی ہے تو آپ اپنے اصل مقصد کی طرف آ سکتے ہیں۔ یاد رکھیں پہل ہر صورت آپ ہی کو کرنی پڑے گی۔

❁ اگر یہ آپ کا پہلا تجربہ ہے تو قوی امکان ہے کہ آپ ملاپ کی اصل جگہ ہی نہ ڈھونڈ پائیں جو کہ ایک عام بات ہے اور عورت مزاجاً شرمیلی ہونے کے سبب مرد کو اصل جگہ بتاتے ہوئے شرمائے گی اور ہوسکتا ہے اسے خود بھی اس جگہ کے بارے میں معلوم نہ ہو۔

❁ ہمارے معاشرے میں لڑکیوں کو ازدواجی تعلقات کے بارے میں بالکل تعلیم نہیں دی جاتی، اس لیے تمام معاملات مرد کو خود ہی اپنی بیوی کو سکھانے پڑیں گے۔

❁ بعض لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ اگر ہمیں پہلی رات مباشرت میں کامیابی نہ ملی تو بیوی کے سامنے ہماری عزت کم ہو جائے گی۔ اصل بات یہ ہے کہ مردوں نے خود ہی اس کام کو ایک کامیابی (Achievement) کے طور پر لیا ہے اور خود ساختہ کارکردگی کے خوف میں مبتلا ہوتے ہیں۔ اگر آپ کامیاب نہ بھی ہو پائے تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ ایسا صرف آپ کے ساتھ ہی نہیں ہوتا بلکہ تقریباً تمام لوگوں کا یہی تجربہ ہوتا ہے اور وقت کے ساتھ ساتھ مرد اور عورت دونوں ہی ایک دوسرے کے مزاج اور جنسی معاملات کے بارے میں سب کچھ سیکھ لیتے ہیں۔

❁ بعض لوگ ہر صورت مباشرت (جماع) کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ اپنی کارکردگی اور زیادہ دیر جماع کے ذریعے وہ بیوی کو اپنی طرف مائل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے اور اس مقصد کے لیے بازار میں دستیاب ٹائمنگ بڑھانے والی مختلف

ادویات استعمال کرتے ہیں، جبکہ حقیقت یہ ہے کہ وہ اس چکر میں بیوی کو جنسی فعل ہی سے خوفزدہ کر دیتے ہیں۔ شادی کی پہلی رات زبردستی اور بہرصورت مباشرت عورت کے لیے برا تجربہ ہو سکتی ہے جو مباشرت کے مستقل خوف (Vaginismus) اور آیندہ اس سے کترانے کا باعث بن سکتا ہے، اس لیے زبردستی ملاپ کے بجائے بیوی سے دوستی اور بے تکلفی پیدا کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ میاں بیوی عمر بھر کے ساتھی ہوتے ہیں، اس لیے جسمانی تعلقات میں صبر و تحمل کا مظاہرہ کرنا چاہیے۔

اندام نہانی میں تکلیف

شادی کی پہلی رات ملاپ عورت کے لیے کبھی خوشگوار تجربہ نہیں ہوتا کیونکہ ایک کنواری عورت کی اندام نہانی بہت تنگ ہوتی ہے جس میں جماع کرنے پر بہت تکلیف محسوس ہوتی ہے، اس لیے ملاپ سے پہلے کوئی بھی چکنی سی چیز، مثلاً: تیل، پٹرولیم جیلی (ویسلین)، بچوں کے مساج کے لیے دستیاب بے بی آئل یا بازار میں اس مقصد کے لیے دستیاب چکنانے کا تیل (Lubricant) استعمال کر لینا چاہیے۔

عام طور پر یہ صورت حال شادی کے کچھ عرصے بعد ٹھیک ہو جاتی ہے، لیکن اگر لمبے عرصے کے بعد بھی یہ صورت حال برقرار رہے تو یہ ایک توجہ طلب امر ہے۔ آپ کو اس کی ممکنہ وجوہات پر غور کرنا چاہیے۔

رات کے حالات دوستوں سے بیان کرنا

ہمارے معاشرے میں ایک بہت ہی برا رواج پایا جاتا ہے کہ لوگ صبح ہوتے ہی پہلی رات کے احوال دوستوں کے سامنے بیان کرتے ہیں، نیز دوست احباب بھی صبح ہوتے ہی سوال و جواب شروع کر دیتے ہیں، حالانکہ اسلام میں اس سے سختی سے منع

کیا گیا ہے۔ ایسا کرنا اللہ تعالیٰ کے قہر وغضب کو دعوت دینے کا باعث بنتا ہے، اس لیے اگر کوئی اس بارے میں سوال کرے تو اسے سختی سے منع کر دیں کیونکہ اپنے ازدواجی عمل کے احوال بیان کرنا بالکل ایسے ہی ہے جیسے آپ نے یہ تمام کام دوسروں کے سامنے کیا ہو۔ یہی حکم خواتین کے بارے میں ہے۔ رسول کریم ﷺ نے فرمایا:

''روز قیامت اللہ تعالیٰ کے نزدیک مرتبے کے اعتبار سے سب سے برا شخص وہ ہوگا جو اپنی بیوی کے پاس خلوت میں جاتا ہے اور بیوی اس کے پاس خلوت میں آتی ہے، پھر مرد اس کا راز دوسروں کے آگے کھول دیتا ہے۔''

(صحيح مسلم، حديث: 1437)

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے ان لوگوں کے بارے میں، جو اپنی ہمبستری کے احوال لوگوں کے سامنے بیان کرتے ہیں، فرمایا:

''ان کی مثال اس شیطان عورت کی سی ہے جسے گلی میں کوئی شیطان مرد مل جائے اور وہ اس سے اپنی حاجت پوری کرے اور لوگ ان کی طرف دیکھ رہے ہوں۔'' (سنن أبي داود، حديث: 2174)

غسلِ جنابت

بیوی سے ملاپ کے بعد غسل فرض ہو جاتا ہے، چاہے ملاپ میں کامیابی ملے یا نہ ملے۔ اسے غسلِ جنابت کہتے ہیں۔ ارشاد نبوی ﷺ ہے: ''جب مرد کی شرمگاہ عورت کی شرمگاہ میں داخل ہو جائے تو (دونوں پر) غسل فرض ہے۔'' (جامع الترمذي، حديث: 109)

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے فرمایا: ''جب آدمی عورت کے چاروں اعضاء کے درمیان بیٹھے، پھر کوشش کرے تو غسل واجب

ہوگیا۔'' (صحيح البخاري، حديث :291)

یاد رہے کہ غسل اس وقت فرض ہوتا ہے جب آلہ تناسل کی سپاری یا حشفہ (اگلا حصہ) عورت کی شرمگاہ میں داخل ہوجائے۔ محض شرمگاہ کے شرمگاہ سے لگنے سے غسل فرض نہیں ہوتا۔

جنسی محبت کا کھیل (Foreplay)

سیدنا جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''ذکرِ الٰہی سے خالی ہر چیز دل لگی اور کھیل (لہب ولعب) ہے، سوائے چار چیزوں کے: آدمی کا اپنی بیوی سے دل لگی کرنا۔ اپنے گھوڑے کو سدھانا۔ نشانہ بازی کے لیے دو نشانوں کے درمیان چلنا اور تیرا کی سیکھنا۔ (صحيح الجامع، حديث : 4534، والسنن الكبرٰى للنسائي، حديث : 8938)

جنسی فعل کی پوزیشن (Sex Position)

آپ بیوی سے کسی بھی پوزیشن میں جماع کر سکتے ہیں، لیکن دُبر (مقعد) میں یا حالت حیض ونفاس میں جماع کرنا ممنوع ہے۔ سیدنا عمر رضی اللہ عنہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس آ کر کہنے لگے کہ میں ہلاک ہوگیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے پوچھا: ''تجھے کس چیز نے ہلاک کیا؟'' وہ کہنے لگے: میں نے رات اپنی سواری پھیر لی، یعنی پچھلی جانب سے اس کی شرمگاہ (فرج) میں دخول کیا، چنانچہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے انھیں کوئی جواب نہیں دیا، تو یہ آیت نازل ہوئی: ''تمھاری عورتیں تمھاری کھیتی ہیں، پس تم جس طرح چاہو، اپنی کھیتی میں آؤ۔'' (البقرة 2:223)

پھر آپ ﷺ نے فرمایا:

''آگے کی جانب سے صحبت کرو یا پیچھے سے مگر دُبر میں یا حیض کی حالت میں جماع نہ کرو۔''(جامع الترمذي، حديث : 2980)

مطلب یہ کہ آپ اپنی بیوی سے کسی بھی پوزیشن میں مباشرت کر سکتے ہیں لیکن صرف اور صرف جائز مقام ہی میں، یعنی آگے کی شرمگاہ میں۔

مرد اور عورت کی جنسی فطرت

مرد اور عورت کی فطرت ایک دوسرے سے مختلف ہے۔ مرد کے لیے جنسی فعل کے دوران ہیجان حاصل کرنا زیادہ اہم ہوتا ہے جبکہ مرد کے برعکس عورت قربت کے تعلقات اور جنسی محبت کے کھیل کو زیادہ پسند کرتی ہے۔ مرد جنسی فعل کے لیے جلدی تیار ہو جاتا ہے اور جلد ہیجان حاصل کر لیتا ہے جبکہ عورت دیر سے تیار ہوتی ہے اور دیر سے ہیجان حاصل کرتی ہے اور عورت کبھی صرف مباشرت سے ہیجان حاصل نہیں کرتی بلکہ اس مقصد کے لیے اس کے حساس حصے کو تحریک دینا پڑتی ہے۔ اس کے باوجود بھی یہ ضروری نہیں کہ عورت ہر بار ہیجان حاصل کر لے، اس لیے عورت کی جنسی زندگی (Sexual Life) میں ہیجان اتنی اہمیت نہیں رکھتا بلکہ وہ جنسی محبت کے کھیل (Foreplay) اور ملاپ ہی سے مطمئن ہو جاتی ہے۔

جماع کا دورانیہ (Intercourse Timing)

جماع کا دورانیہ ہر فرد کا دوسرے فرد سے مختلف ہوتا ہے لیکن بہت زیادہ فرق نہیں ہوتا۔ عام طور پر جماع کا دورانیہ 3-7 منٹ پر مشتمل ہوتا ہے، اس کے علاوہ مختلف عوامل بھی جماع کے دورانیے پر اثر انداز ہوتے ہیں، مثلاً: بہت زیادہ گرمجوشی ہونے یا

لمبے وقفے کے بعد ہمبستری پر مرد کو ہیجان جلدی حاصل ہو جاتا ہے، اس کے علاوہ شادی کے شروع کے دنوں میں مباشرت کا دورانیہ کم ہوتا ہے لیکن وقت کے ساتھ ساتھ مرد ہیجان پر کنٹرول کرنا سیکھ لیتا ہے جس سے جماع کا دورانیہ پہلے سے بہتر ہوجاتا ہے، لیکن دورانیے کے کم یا زیادہ ہونے سے میاں بیوی کی ازدواجی زندگی پر کوئی اثر نہیں پڑتا بلکہ زیادہ طویل مباشرت عورت کے لیے تکلیف کا باعث ہوتی ہے۔

جنسی عادات (Sexual Behaviour)

شادی کے شروع میں لوگ زیادہ تعداد میں ہمبستری کرتے ہیں اور وقت گزرنے کے ساتھ اس کی تعداد میں کمی ہو جاتی ہے حتی کہ بعض لوگ مہینے میں ایک یا دو دفعہ ہمبستری کو بھی کافی سمجھتے ہیں، نیز ہر جوڑے کا مزاج دوسرے جوڑے سے مختلف ہوتا ہے، اس کے علاوہ ذہنی تناؤ، پریشانی اور کام کا زیادہ بوجھ بھی جسمانی تعلقات پر اثر انداز ہوتا ہے، اس لیے ہمبستری میں کمی ایک دوسرے میں عدم دلچسپی کی علامت نہیں ہے۔

شادی کے شروع میں عورتیں جسمانی تعلقات میں زیادہ دلچسپی نہیں لیتیں، لیکن وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ وہ جسمانی تعلقات کے بارے میں سیکھ لیتی ہیں اور دلچسپی لینا شروع کر دیتی ہیں۔ عام طور پر عورتوں میں 25-35 سال کی عمر جنسی لحاظ سے بہترین عمر ہوتی ہے، اس عرصے میں خواتین جنسی لحاظ سے زیادہ فعال ہوتی ہیں۔

جنسی محبت کا کھیل

جماع سے پہلے بیوی کے ساتھ قربت، ساتھ لیٹنے اور بوس و کنار کو جنسی محبت کا کھیل (ملاعبت) کہتے ہیں۔ عورت عام طور پر صرف جسمانی قربت (Physical Relationship) ہی سے شہوت محسوس کرتی ہے، اس لیے قربت کے تعلقات اور

جنسی محبت کا کھیل اس کے لیے زیادہ اہم ہوتا ہے۔ جنسی محبت کے کھیل میں مختلف طریقے آزمانے چاہئیں اور بیوی کی پسند اور ناپسند کے بارے میں اندازہ لگا کر صرف انھی طریقوں پر عمل کرنا چاہیے۔

عورت کے برعکس مرد عورت کو صرف دیکھ کر ہی شہوت میں آجاتے ہیں (اسی لیے نامحرم مردوں سے پردے کا حکم ہے۔) یہی وجہ ہے کہ مرد عورت کو مختلف طرح کے زیر جامہ پہنے ہوئے دیکھنا پسند کرتے ہیں۔ بیویوں کو مارکیٹ میں دستیاب مختلف ڈیزائنوں کے شب خوابی کے لباس اور زیر جامے ضرور خرید لینے چاہئیں تاکہ اپنے شوہروں کو لبھا سکیں۔

عموماً شادی کے شروع میں عورت محبت کے کھیل اور مرد کے ساتھ جنسی قربت سے گھبراتی ہے اور مرد کو خود ہی اس بارے میں اُسے سکھانا پڑتا ہے، لیکن ایک سال کے عرصے میں وہ اس بارے میں سب کچھ سیکھ لیتی ہے۔

اسلام اور جنسی محبت کا کھیل (Islam & Foreplay)

عورت کے بارے میں حکم

رسول کریم ﷺ نے فرمایا:

''اپنی بیوی سے مباشرت کرنا بھی صدقہ ہے۔'' صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے کہا: ہم تو اپنی شہوت پوری کرتے ہیں، پھر اس میں ہمارے لیے اجر و ثواب کیسے ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ''تمھارا کیا خیال ہے کہ اگر کوئی شخص حرام جگہ شہوت پوری کرے تو اسے گناہ نہیں ہوتا؟ اسی طرح اگر وہ حلال جگہ اپنی شہوت پوری کرتا ہے تو اس کے لیے اجر و ثواب ہے۔'' (صحیح مسلم، حدیث: 1006)

مرد کے بارے میں حکم

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''عورت اپنے پروردگار کا حق اس وقت تک ادا نہیں کر سکتی جب تک اپنے خاوند کا حق ادا نہیں کرتی اور اگر عورت اونٹ کے کجاوے پر بیٹھی ہوئی ہو اور خاوند اس سے خواہش کا اظہار کرے (جہاں صحبت مشکل ہے) تو بھی عورت کو انکار نہیں کرنا چاہیے۔'' (سنن ابن ماجه، حديث: 1853)

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''جب کوئی مرد اپنی بیوی کو اپنے بستر پر (صحبت کے لیے) بلائے اور وہ انکار کرے اور اس کا شوہر اس سے ناراض ہو تو صبح تک فرشتے اس پر لعنت کرتے رہتے ہیں۔'' (صحيح مسلم، حديث: 1436)

بوس و کنار (Kissing)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ روزے میں مجھ سے بوس و کنار کیا کرتے تھے، لیکن آپ ﷺ تم میں سب سے زیادہ اپنی شہوت پر قابو رکھنے والے تھے۔ (صحيح مسلم، حديث: 1106)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا ہی کا بیان ہے کہ نبی کریم ﷺ اپنی بیویوں کا بوسہ لیا کرتے تھے جبکہ آپ روزے سے ہوتے تھے۔ (صحيح البخاري، حديث: 1928)

بوسہ اور وضو

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ایک بار اپنی کسی بیوی کا بوسہ لیا اور نماز کے لیے تشریف لے گئے اور نیا وضو نہیں کیا۔ (سنن أبي داود، حديث: 179)

شرمگاہ کو چھونا اور وضو

اپنی یا دوسروں کی شرمگاہ کو چھونے سے وضوٹوٹ جاتا ہے، لیکن کپڑے کے اوپر سے چھونے سے وضونہیں ٹوٹتا۔ سیدہ بسرہ بنت صفوان رضی اللہ عنہا کہتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو فرماتے ہوئے سنا: ''جب کوئی شخص اپنی شرمگاہ کو ہاتھ لگائے تو اسے چاہیے کہ وضو کرے۔'' (سنن أبي داود، حديث : 182)

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جب تم میں سے کوئی شخص اپنا ہاتھ اپنی شرمگاہ کی طرف لے جائے اور درمیان میں کوئی کپڑا یا رکاوٹ نہ ہوتو اسے وضو کرنا چاہیے۔'' (صحيح ابن حبان، حديث: 1118، و مسند أحمد :2/333)

مطلب یہ کہ ہاتھ اور شرمگاہ کے درمیان اگر کپڑا یا کوئی اور چیز حائل نہ ہوتو وضو ٹوٹ جائے گا۔ اگر کپڑا وغیرہ حائل ہوتو وضونہیں ٹوٹتا۔

بچے کی شرمگاہ کو ہاتھ لگانے سے وضوٹوٹنے کا مسئلہ

شرمگاہ کو ہاتھ لگانے سے وضوٹوٹنے کا مسئلہ علماء میں اختلافی ہے۔ راجح موقف وہی ہے جو درج بالا سطور میں بیان ہوا ہے کہ کپڑے اور کسی رکاوٹ کے بغیر شرمگاہ کو ہاتھ لگ جانے سے وضوٹوٹ جاتا ہے اور اس میں مرد، عورت اور بچے اور بڑے کی شرمگاہ کی کوئی تفریق نہیں ہے، لیکن شیخ ابن عثیمین رحمہ اللہ نے اس حوالے سے منقول احادیث میں تطبیق اور موافقت پیدا کرنے کی غرض سے یہ موقف اپنایا ہے کہ اگر شہوت کے ساتھ شرمگاہ کو ہاتھ لگایا جائے تو وضوٹوٹ جاتا ہے اور اگر بلاشہوت لگایا جائے تو وضونہیں ٹوٹتا، کیونکہ شہوت کی وجہ سے بسا اوقات شرمگاہ سے اخراج ہوجاتا ہے اور آدمی کو پتا نہیں چلتا جبکہ شرمگاہ سے کسی چیز کا اخراج ناقضِ وضو ہے۔ بچے اور بچی کا پیشاب یا پاخانہ دھوتے

وقت خواتین جوان کی شرمگاہ کو ہاتھ لگاتی ہیں تو ان میں قطعاً شہوت نہیں ہوتی، لہٰذا اس سے وضو نہیں ٹوٹتا۔ مزید یہ ایسا معاملہ ہے جس سے بار بار واسطہ پڑتا ہے۔ اس کے باوجود اس کے بارے میں نبیِ کریم ﷺ سے کوئی چیز منقول نہیں ہے کہ آپ نے صحابیات کو اس صورت میں دوبارہ وضو کرنے کا حکم دیا ہو، حالانکہ معمول کی زندگی میں متعدد بار عورت کا ہاتھ بچے کی شرمگاہ سے لگتا ہے، چنانچہ اس بارے میں مستقل وضاحت کا نہ ہونا بھی اس بات کی دلیل ہے کہ بچے کی شرمگاہ کو ہاتھ لگانے سے وضو نہیں ٹوٹتا۔

مباشرت کے بارے میں مفروضے (Myths About Sex)

ہمارے معاشرے میں جنسی معاملات کے بارے میں بہت سے مفروضے پائے جاتے ہیں جن کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔ ان میں سے چند درج ذیل ہیں:

① کیا طویل مباشرت لطف انگیز ہوتی ہے؟

ہمارے ہاں یہ تصور عام ہے کہ زیادہ دیر تک جاری رہنے والی مباشرت عورت کے لیے زیادہ لطف انگیز ہوتی ہے، اس لیے لوگ مختلف ادویات کے ذریعے اس کا دورانیہ (ٹائمنگ) بڑھانے کی کوشش کرتے ہیں، جبکہ حقیقت یہ ہے کہ اکثر خواتین طویل مباشرت کو پسند نہیں کرتیں بلکہ زیادہ دیر تک مباشرت ان کے لیے تکلیف کا باعث ہوتی ہے، نیز خواتین میں ہیجان (Orgasm) صرف مباشرت سے حاصل نہیں ہوتا۔

② کیا کونڈم سے لذت میں فرق پڑتا ہے؟

اکثر لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ کونڈم کے استعمال سے لذت میں کمی ہو جاتی ہے جبکہ حقیقت یہ ہے کہ کونڈم کے استعمال سے لذت میں کمی صرف اس صورت میں ہوتی

ہے جب کونڈم عضو تناسل کے حساب سے مناسب سائز کا نہ ہو۔

اسی طرح بعض لوگوں کو کونڈم کے استعمال کا صحیح طریقہ ہی معلوم نہیں ہوتا۔ کونڈم پہننے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ کونڈم کے سامنے والا حصہ منی کے لیے خالی رہے کیونکہ منی کے لیے جگہ نہ ہونے کی صورت میں مشکل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

③ کیا جنسی فلمیں حقیقی ہوتی ہیں؟

عام طور پر مرد حضرات جو گندی فلمیں دیکھتے ہیں، انھیں حقیقی سمجھتے ہیں اور اپنے ہیجان کے دورانیے کے بارے میں احساس کمتری کا شکار ہو جاتے ہیں۔ جس طرح ہالی وڈ اور بالی وڈ کی دیگر رومانوی اور ایکشن فلمیں حقیقت پر مبنی نہیں ہوتیں، اسی طرح گندی فلمیں بھی حقیقت آشنا نہیں ہوتیں کیونکہ یہ مختلف انداز میں اور مختلف اوقات میں سین فلما کر اور ایک سلسلے میں جوڑ کر بنائی جاتی ہیں جس سے مباشرت کا دورانیہ طویل محسوس ہوتا ہے جبکہ اس کے برعکس ایک عام مرد کی مباشرت کا دورانیہ عموماً 3-7 منٹ پر مشتمل ہوتا ہے، مزید یہ کہ ان فلموں کو فلمانے کے لیے ہیرو کو مختلف ادویات استعمال کروائی جاتی ہیں اور منی کی مقدار زیادہ دکھانے کے لیے گوند یا اسی قسم کی دیگر اشیاء استعمال ہوتی ہیں اور مناظر میں حقیقی رنگ بھرنے کے لیے مصنوعی اشیاء استعمال کی جاتی ہیں۔ اس لیے ایسی فلموں کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔

کن حالتوں میں مباشرت ممنوع ہے؟

① حیض و نفاس

اسلام میں حیض اور نفاس کی حالت میں عورت سے مباشرت (مجامعت) ممنوع

ہے۔ یہود و نصاریٰ اس معاملے میں افراط و تفریط کا شکار تھے۔ یہود حائضہ عورت سے اس حد تک پرہیز کرتے تھے کہ ایسی عورتوں کو الگ مکان میں رکھتے تھے اور ان کے ہاتھ کا پکا ہوا کھانا بھی نہیں کھاتے تھے جبکہ نصاریٰ دوران حیض مباشرت سے بھی پرہیز نہیں کرتے تھے۔ اس کے برعکس اسلام میں دوران حیض صرف مباشرت منع ہے۔شوہر اپنی بیوی کا بوسہ لے سکتا ہے، اس کے ساتھ لیٹ سکتا ہے اور جسم سے جسم ملا سکتا ہے۔ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''وہ آپ سے حیض کے بارے میں پوچھتے ہیں، آپ ان سے کہیے کہ وہ تو گندگی کی حالت ہے، لہٰذا تم حیض کے دوران میں عورتوں سے الگ رہو اور جب تک وہ پاک نہ ہو جائیں ان کے قریب نہ جاؤ، (مباشرت نہ کرو) پھر جب وہ اچھی طرح پاک ہو جائیں تو ان کے پاس جاؤ جہاں سے اللہ تعالیٰ نے تمھیں حکم دیا ہے۔'' (البقرة 2:222)

دوران حیض جسم سے جسم ملانا

رسول اللہ ﷺ نے حائضہ کے بارے میں فرمایا: ''تم (اس سے) جماع کے سوا سب کچھ کر سکتے ہو۔'' (صحيح مسلم، حديث :302)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ ہم میں سے جب کوئی حائضہ ہوتی تو نبی کریم ﷺ اسے تہبند باندھنے کو کہتے، پھر اس کے ساتھ جسم کے ساتھ جسم ملاتے اور بوس و کنار کرتے، لیکن تم میں سے کس کو اپنی خواہش پر اتنا قابو ہے جتنا رسول اللہ ﷺ کو اپنی خواہش پر حاصل تھا؟ (صحيح البخاري، حديث : 302، و صحيح مسلم، حديث : 293)

سیدہ ام حبیبہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں: جب ہم (ازواج مطہرات) میں سے کسی کو حیض شروع ہوتا تو وہ نصف رانوں تک چادر لپیٹ لیتی، پھر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ لیٹ جاتی۔(سنن ابن ماجه، حديث: 638)

کیا غسل کے بغیر مباشرت جائز ہے؟

بعض خواتین یہ سمجھتی ہیں کہ وہ حیض کے ختم ہونے پر غسل کیے بغیر مباشرت کر سکتی ہیں، لیکن یہ درست نہیں کیونکہ حیض سے پاکیزگی حاصل کرنے کے لیے غسل ضروری ہے۔ اس کی وضاحت صفحہ 68 پر "غسل سے قبل مباشرت" کے عنوان پر کی جا چکی ہے، وہاں ملاحظہ کر لی جائے۔

حالتِ حیض میں مباشرت کا کفارہ

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبیِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے اس شخص کے بارے میں جو اپنی بیوی سے ایام حیض میں جماع کرے، فرمایا: "وہ ایک دینار یا نصف دینار صدقہ کرے۔"(سنن أبي داود، حديث: 264، و سنن ابن ماجه، حديث: 640)

ایک دینار اور آدھے دینار کے فرق کی وضاحت کرتے ہوئے سیدنا ابن عباس رضی اللہ عنہما فرماتے ہیں: "اگر خون کا رنگ سرخ ہو تو ایک اور اگر زرد ہو تو نصف دینار صدقہ کرے۔"(جامع الترمذي، حديث: 137)

وضاحت

خون کے سرخ رنگ سے مراد آغاز کے دن ہیں جبکہ زرد رنگ سے مراد آخر کے دن ہیں جب حیض ختم ہونے کو ہوتا ہے، نیز ایک دینار ساڑھے چار ماشے (4 گرام 374 ملی گرام) سونے کا ہوتا ہے جبکہ آدھا دینار 2.187 گرام سونے کے برابر ہوتا ہے۔

② دبر (مقعد) میں مباشرت کبیرہ گناہ ہے

مرد اپنی بیوی سے صرف اندام نہانی (آگے کی شرمگاہ) ہی میں مباشرت کر سکتا ہے۔ دُبر (مقعد) میں جماع کرنا حرام اور کبیرہ گناہ ہے۔ ارشاد نبوی ﷺ ہے:

''آگے سے صحبت کرو یا پیچھے سے مگر دُبر میں یا حیض کی حالت میں مباشرت نہ کرو۔'' (جامع الترمذي، حديث : 2980)

نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ اس شخص کی طرف رحمت کی نظر سے نہیں دیکھے گا جو اپنی بیوی سے دُبر (پچھلی شرمگاہ) میں جماع کرتا ہے۔'' (سنن ابن ماجه، حديث : 1923)

دُبر میں جماع کا کفارہ

اس گناہ کا کوئی کفارہ نہیں ہے، صرف اللہ تعالیٰ سے اخلاص کے ساتھ سچی توبہ کرنی چاہیے۔ ارشاد نبوی ہے: ''جو گناہ سے توبہ کر لے وہ اس شخص کی طرح ہو جاتا ہے جس کا کوئی گناہ نہیں۔'' (سنن ابن ماجه، حديث : 4250)

③ روزے کی حالت میں جماع

روزے کی حالت میں بیوی سے جماع حرام ہے، لیکن رمضان کی راتیں جماع کے لیے حلال ہیں۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے: ''تمھارے لیے روزے کی رات کو اپنی بیویوں کے ساتھ صحبت کرنا حلال کر دیا گیا ہے۔'' (البقرة 2:187)

لیکن اعتکاف کی حالت میں رمضان کی راتیں بھی جماع کے لیے حرام ہیں۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے: ''اور جب تم مسجدوں میں اعتکاف بیٹھے ہو تو اپنی بیویوں سے مباشرت نہ کرو۔'' (البقرة 2:187)

روزے کی حالت میں بوس و کنار

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ روزے میں مجھ سے بوس و کنار کر لیا کرتے تھے، لیکن آپ ﷺ تم میں سب سے زیادہ اپنی شہوت پر قابو رکھنے والے تھے۔ (صحيح مسلم، حديث: 1106)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا ہی بیان کرتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ میرا بوسہ لیا کرتے تھے جبکہ آپ روزے سے ہوتے اور میں بھی۔ (سنن أبي داود، حديث: 2384)

روزے میں جماع کرنے کا کفارہ

سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ ایک شخص نبی کریم ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا: میں ہلاک ہوگیا۔ آپ ﷺ نے پوچھا: ''تجھے کس چیز نے ہلاک کر دیا؟'' اس نے کہا: میں نے اپنی بیوی سے رمضان میں جماع کر لیا ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ''تیرے پاس کوئی غلام ہے جو تو آزاد کرے؟'' اس نے کہا: نہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ''کیا تم دو مہینوں کے (ساٹھ) روزے متواتر رکھ سکتے ہو؟'' اس نے کہا: نہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: ''کیا ساٹھ مسکینوں کو کھانا کھلا سکتے ہو؟'' اس نے کہا: نہیں۔ پھر آپ ﷺ کے پاس ایک بڑا ٹوکرا لایا گیا جس میں کھجوریں تھیں، آپ ﷺ نے فرمایا: ''اس کو لے جا کر اپنی طرف سے صدقہ کرو۔''
(صحيح البخاري، حديث: 1936، و صحيح مسلم، حديث: 1111)

اس حدیث سے معلوم ہوا کہ جو شخص دانستہ طور پر روزے کی حالت میں اپنی بیوی سے جماع کرے، اسے تین کفاروں میں سے ایک کفارہ دینا ہوگا: گردن آزاد کرنا، دو ماہ کے مسلسل روزے رکھنا، ساٹھ مسکینوں کو کھانا کھلانا۔ ایسا شخص کفارے کے ساتھ

اپنے خراب کردہ روزے کی قضا بھی دے گا یا نہیں، اس بارے میں اہل علم میں اختلاف ہے، لیکن راجح موقف یہی ہے کہ اس پر کفارہ اور قضا دونوں لازم ہیں کیونکہ بعض روایات میں صراحت موجود ہے کہ آپ ﷺ نے اس سے فرمایا: ''اس کی جگہ ایک دن کا روزہ رکھو۔'' (سنن ابن ماجه، حديث: 1671، و سنن أبي داود، حديث: 2393) تفصیل کے لیے ملاحظہ ہو فتاویٰ اسلامیہ (اردو) :2/191۔

خاص نکات

میاں بیوی کے لیے ایک جامع دعا

اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ جَارِ السُّوْٓءِ ، وَمِنْ زَوْجٍ تُشَيِّبُنِیْ قَبْلَ الْمَشِيْبِ ، وَمِنْ وَّلَدٍ يَّكُوْنُ عَلَیَّ رَبًّا ، وَّمِنْ مَّالٍ يَّكُوْنُ عَلَیَّ عَذَابًا ، وَّمِنْ خَلِيْلٍ مَّاكِرٍ عَيْنُهٗ تَرَانِیْ ، وَقَلْبُهٗ يَرْعَانِیْ ، اِنْ رَّاٰی حَسَنَةً دَفَنَهَا ، وَاِذَا رَاٰی سَيِّئَةً اَذَاعَهَا

''اے اللہ! میں تیری پناہ میں آتا ہوں بُرے ہمسایہ سے، ایسی بیوی سے جو بڑھاپے سے پہلے مجھے بوڑھا کردے، ایسی اولاد سے جو میری آقا بن جائے، ایسے مال سے جو میرے لیے باعثِ عذاب بن جائے، ایسے قریبی دوست سے جس کی آنکھ مجھے دیکھ رہی ہو اور اس کا دِل میری نگرانی کررہا ہو، جب وہ (میری) کوئی اچھائی دیکھے تو اسے ختم کردے اور جب کوئی برائی دیکھے تو اسے پھیلانے لگے۔'' (سلسلة الأحاديث الصحيحة، حديث:3137)

بیوی کے بارے میں

① شوہر کے لیے بناؤ سنگھار کرنا

عام طور پر شادی کے شروع کے دنوں میں عورت جوش وخروش سے شوہر کے لیے بناؤ سنگھار کرتی ہے، لیکن وقت گزرنے کے ساتھ بچوں کی پیدائش اور گھریلو کام کاج کی وجہ سے عورت جسمانی صفائی اور بناؤ سنگھار پر توجہ دینا چھوڑ دیتی ہے۔ یا صرف اس وقت کرتی ہے جب گھر سے باہر کسی سے ملنے جانا ہو۔ عام حالات میں شوہر جب بھی گھر آتا ہے، اسے بیوی ہمیشہ میلے کپڑے پہنے، پسینے میں بھیگی اور بکھرے بالوں میں ملتی ہے، حالانکہ مرد کا یہ حق ہے کہ اس کی بیوی اس کے لیے بناؤ سنگھار کرے اور خوشبو لگائے۔

بناؤ سنگھار کا یہ مطلب نہیں کہ عورت تکلف اختیار کرے اور ہر وقت نئے کپڑے پہنے اور میک اپ کیے بیٹھی رہے بلکہ اس کا مقصد جسمانی صفائی کا خیال رکھنا ہے، یعنی عورت نہائے دھوئے اور اپنے آپ کو صاف ستھرا رکھے۔ بے شک لباس سادہ پہنے، لیکن صاف ہو، یعنی فطری طریقے سے جیسے سہولت اور آسانی ہو گھر میں رہے، تاہم بہتر ہے کہ گھر کے تمام کام کاج شوہر کے واپس آنے سے پہلے ہی نبٹا لے تا کہ اپنے شوہر کو بھرپور توجہ دے سکے، نیز شوہر کے گھر آنے سے کچھ دیر پہلے منہ ہاتھ دھو کر بال کنگھی کر لیے جائیں اور کام کاج کے دوران میں پہنا گیا لباس تبدیل کر لیا جائے۔ اگر روزانہ لباس تبدیل کرنا مشکل ہو تو کم از کم لباس صاف ضرور دکھائی دے تا کہ شوہر کو گھر آنے پر اپنی بیوی صاف ستھری حالت میں ملے۔ اس سے مرد کی طبیعت پر بہت خوشگوار اثرات پڑتے ہیں۔

② شوہر کے لیے خوشبو لگانا

عورت اپنے شوہر کے لیے زیب و زینت اختیار کرنے کے مقصد سے خوشبو کا استعمال بھی کرے، لیکن خوشبو کا استعمال صرف گھر ہی میں کیا جا سکتا ہے کیونکہ خوشبو لگا کر گھر سے باہر بازاروں میں نکلنا جس سے غیر محرم مرد بھی وہ خوشبو محسوس کریں، جائز نہیں ہے۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا:

''جب بھی عورت خوشبو لگا کر لوگوں کے پاس سے گزرتی ہے تا کہ وہ اس کی خوشبو محسوس کریں (اور اس کی طرف متوجہ ہوں) تو وہ عورت بدکارہ (زانیہ) ہے۔'' (سنن النسائي، حديث: 5129)

آج کل یہ گناہ عام ہو چکا ہے کہ خواتین گھر سے نکلتے ہوئے بازار یا کسی کے گھر جاتے ہوئے خاص طور پر خوشبو لگا کر نکلتی ہیں اور جہاں جہاں سے گزرتی ہیں، لوگ ان کی خوشبو سے لطف اندوز ہوتے ہیں، حالانکہ ایسی عورت کے بارے میں اسلام کا حکم ہے کہ وہ جنابت کی طرح غسل کرے۔ (سنن النسائي، حديث: 5130)

ابورُہم کے مولا عبید بن کثیر رحمہ اللہ کہتے ہیں کہ میں چاشت کے وقت سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ کے ساتھ مسجد کی طرف جانے کے لیے نکلا۔ ہمیں ایک عورت ملی جس نے ایسی عمدہ خوشبو لگا رکھی تھی کہ میں نے اس جیسی خوشبو پہلے کبھی نہیں سونگھی تھی۔ سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے کہا: عَلَيْكِ السَّلَامُ، اس نے جواب دیا: وَعَلَيْكَ، انھوں نے کہا: کدھر جا رہی ہو؟ وہ کہنے لگی: مسجد میں۔ آپ نے پوچھا: یہ خوشبو تو نے کس لیے لگا رکھی ہے؟ وہ کہنے لگی: مسجد جانے کے لیے۔ سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے (ازراہِ تحقیق دوبارہ) پوچھا: اللہ کی قسم! اس نے بھی کہا: اللہ کی قسم! آپ نے پھر کہا: اللہ کی قسم! وہ

عورت بھی کہنے لگی: اللہ کی قسم! تب سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے کہا: بے شک میرے محبوب ابوالقاسم صلی اللہ علیہ وسلم نے مجھے بتایا تھا کہ ''اس عورت کی نماز قبول نہیں ہوتی جو اپنے شوہر کے علاوہ کسی اور مقصد کے لیے خوشبو لگائے یہاں تک کہ وہ اس اہتمام سے غسل کرے جیسا کہ وہ جنابت سے غسل کرتی ہے۔'' لہٰذا چلی جا اور غسل کر اور پھر آ کر نماز پڑھنا۔ (سنن الكبرٰى للبيهقي : 158/2، حديث : 5582)

③ بے پردہ بازار جانا

سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

''عورت (سراسر) چھپانے کی چیز ہے، چنانچہ جب وہ گھر سے نکلتی ہے تو شیطان اسے تاکتا ہے (اپنی نظر کا نشانہ بناتا ہے، یا اسے دوسروں کی نظروں میں لبھاتا ہے)۔'' (جامع الترمذي، حديث : 1173)

سیدنا ابواذینہ صدفی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

''تمھاری بہترین بیویاں وہ ہیں جو محبت کرنے والی، زیادہ بچے جننے والی، ہم نوائی کرنے والی اور ہمدردی کرنے والی ہیں، بشرطیکہ وہ اللہ تعالیٰ سے ڈرنے والی ہوں۔ اور تمھاری بدترین عورتیں وہ ہیں جو غیر شوہر کے سامنے زیبائش کرنے والی اور اکڑ کر چلنے والی ہیں، ایسی عورتیں منافق ہیں۔ ان میں سے کوئی بھی جنت میں داخل نہیں ہوگی مگر سرخ چونچ اور سرخ پیر والے کوے کی طرح بہت کم۔'' (سلسلة الأحاديث الصحيحة، حديث : 1839)

④ شوہر کی اطاعت

حصین بن محصن اپنی پھوپھی سے روایت کرتے ہیں کہ وہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس

کسی کام کے لیے گئیں۔ آپ ﷺ نے ان کا کام کیا اور پوچھا: ''کیا تو شادی شدہ ہے؟'' انھوں نے کہا: جی ہاں۔ آپ ﷺ نے پوچھا: ''تیرا (اپنے) خاوند کے ساتھ کیسا سلوک ہے؟'' انھوں نے کہا: میں اس کے حق میں کوئی کوتاہی نہیں کرتی مگر جو میرے بس میں نہ ہو۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''دیکھ لے تیرا اس کے ہاں کیا مقام ہے؟ کیونکہ وہی تیری جنت ہے اور وہی تیری جہنم۔'' (سلسلة الأحاديث الصحيحة، حديث : 2612)

بعض شوہر پسند نہیں کرتے کہ ان کی بیوی پردہ کرے یا وہ انھیں بھویں بنوانے کا حکم دیتے ہیں یا اسی طرح دیگر غیر شرعی کاموں کے لیے اصرار کرتے ہیں۔ اس صورتِ حال میں بیویوں کو یاد رکھنا چاہیے کہ شوہر کی اطاعت صرف اسی صورت میں جائز ہے جب اس کی اطاعت میں اللہ تعالیٰ کی نافرمانی نہ ہو کیونکہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ کی نافرمانی میں مخلوق کی اطاعت نہیں ہے۔'' (مسند أحمد :1/131)

سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے گودنے والیوں، گدوانے والیوں، بالوں کو نوچنے والیوں اور دوسروں سے نچوانے والیوں، یعنی (Tatoo) اور چہرے (بھویں وغیرہ) کے بال اکھیڑنے والیوں، خوبصورتی کے لیے دانتوں میں خلا کرنے والیوں اور اللہ کی تخلیق میں تبدیلی کرنے والی عورتوں پر لعنت کی ہے۔

(صحيح مسلم، حديث : 2125)

اسی طرح دوسروں کو دکھانے کے لیے سر پر کوہان کی طرح پف بنانا اور جوڑا بنانا بھی منع ہے۔ سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسولِ کریم ﷺ نے فرمایا: اہل جہنم کی دو قسمیں ایسی ہیں جن کو میں نے (موجودہ دور کی حقیقی زندگی میں) نہیں دیکھا، ایسے لوگ ہیں جن کے پاس بیلوں کی دُموں کی طرح کے کوڑے ہیں، وہ ان

سے لوگوں کو مارتے ہیں اور (دوسری قسم) وہ عورتیں ہیں جو لباس پہننے کے باوجود بھی ننگی ہیں، (برائی کی طرف) رِجھانے والی، خود رِیجھی ہوئی، ان کے سر لمبی گردنوں والے اونٹوں کے ایک طرف جھکے ہوئے بڑے بڑے کوہانوں کی طرح ہیں۔ یہ جنت میں داخل ہوں گی نہ اس کی خوشبو پائیں گی، حالانکہ اس کی خوشبو اتنے اتنے لمبے فاصلے سے آرہی ہوگی۔'' (صحیح مسلم، حدیث: 2128)

⑤ شوہر کے کام سے واپس آنے کے بعد

بعض خواتین شوہر کے کام سے گھر واپس آنے کے بعد فوراً اسے اپنی صبح سے شام تک کی روداد اور مسئلے مسائل سنانا شروع کر دیتی ہیں۔ شوہر چونکہ باہر کے مسائل نبٹا کر آیا ہوتا ہے، اس لیے مزید مسائل چاہے وہ چھوٹے ہی کیوں نہ ہوں، انھیں سن کر اس کی طبیعت میں چڑچڑا پن پیدا ہوجاتا ہے جو ایک قدرتی امر ہے۔ اس لیے بہتر ہے کہ گھر آنے کے بعد شوہر جب کچھ دیر آرام کر لے اور کھانا وغیرہ کھا کر پرسکون ہوجائے، تب اس سے اپنے روزمرہ کے معمول اور دیگر معاملات کے بارے میں بات کی جائے۔

⑥ شوہر کو ترجیح دی جائے

ہمارے ہاں عام طور پر مشترکہ خاندانی نظام پایا جاتا ہے جس میں کئی بیٹے اور بہویں ایک خاندان کی شکل میں مل جل کر رہتے ہیں اور عموماً ساس سسر کو گھر کے بڑے اور سربراہ کی حیثیت حاصل ہوتی ہے اور مختلف معاملات انھی کی زیرِ نگرانی طے پاتے ہیں۔ عورت کو اپنے ساس سسر کو والدین کی نظر سے دیکھنا چاہیے اور حد درجہ عزت دینی چاہیے، لیکن بعض اوقات ایسے حالات پیدا ہو جاتے ہیں کہ کسی معاملے پر شوہر اور ساس سسر یا عورت کے اپنے والدین کے درمیان اختلاف پیدا ہو جاتا ہے

اور ایسی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے کہ عورت کے لیے فیصلہ کرنا مشکل ہو جاتا ہے کہ وہ گھر کے بڑے کی مانے یا شوہر کی۔ مرد عام طور پر ہر معاملے میں بیوی سے اپنی اطاعت کی امید رکھتا ہے چاہے مدمقابل اس کے اپنے والدین ہی کیوں نہ ہوں، لہٰذا معاملہ چاہے چھوٹا ہو یا بڑا اگر کوئی شرعی عذر نہ ہو تو بیوی پر فرض ہے کہ وہ شوہر کا حکم مانے، اس لیے ایک عورت کا اللہ تعالیٰ کی طرف سے مقرر کردہ اصل سربراہ اس کا شوہر ہی ہے اور اسی کی اطاعت و نافرمانی میں اس کی جنت و جہنم کا دارومدار ہے۔

سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم سے پوچھا گیا: کون سی عورتیں بہتر ہیں؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''(وہ عورت بہتر ہے کہ) جب خاوند اس کی طرف دیکھے تو وہ اسے خوش کر دے، جب وہ اسے حکم دے تو اس کی فرماں برداری کرے اور اپنے نفس اور مال کے معاملے میں خاوند کی ایسے انداز میں مخالفت نہ کرے جسے وہ ناپسند کرتا ہو۔'' (سلسلة الأحاديث الصحيحة، حديث : 1838)

⑦ شوہر اگر ناراض ہو

شوہر اگر کسی معاملے میں اپنی بیوی سے ناراض ہو تو بیوی کو اپنے شوہر کو منانے کی ہر ممکن کوشش کرنی چاہیے۔ اسی طرح اگر بیوی ناراض ہو تو شوہر کو اپنی بیوی کو منانے میں خود پہل کرنی چاہیے۔

سیدنا انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''کیا میں تمھیں جنت میں داخل ہونے والی عورتوں کی خبر نہ دوں؟ ہر محبت کرنے والی اور زیادہ بچے جنم دینے والی، اپنے خاوند کی حد درجہ خیر خواہ کہ جب اس کا خاوند اس پر غصے ہوتا ہے تو وہ (اپنے خاوند سے) کہتی ہے: یہ میرا ہاتھ آپ کے ہاتھ میں ہے، میں اس وقت

تک نہیں سوؤں گی جب تک آپ مجھ سے راضی نہیں ہو جاتے۔'' (سلسلة الأحاديث الصحيحة، حديث: 287)

⑧ میکے کے بارے میں احتیاط کریں

عام طور پر شادی کے بعد لڑکیاں اپنے آپ کو اور شوہر کو ایک اکائی سمجھتی ہیں اور اپنے دل کی تمام باتیں اپنے شوہر سے ذکر کرتی ہیں۔ اس طرح وہ اپنے گھر والوں کے بارے میں اچھی باتوں کے ساتھ ان کے تمام کمزور پہلو اور خامیاں بھی خود ہی بتا دیتی ہیں جس کا الٹا اثر ہوتا ہے، کیونکہ ایسا کرنے کی صورت میں شوہر کے دل میں عورت کے میکے کے خلاف منفی جذبات پیدا ہو جاتے ہیں اور اس کے دل میں ان کی عزت کم ہو جاتی ہے۔ ایسا کر کے عورت دراصل اپنا ہی نقصان کرتی ہے اور اپنے ہی کمزور پہلو شوہر سے بیان کر رہی ہوتی ہے۔ مرد کا ظرف عام طور پر اتنا مضبوط نہیں ہوتا۔ یہی وجہ ہے کہ عورت کے اپنے شوہر سے مختلف جھگڑوں کی صورت میں یہی کمزوریاں اسی کے خلاف استعمال ہوتی ہیں، لہٰذا بہتر ہے کہ شوہر سے میکے کے بارے میں صرف اچھی باتیں ہی کی جائیں اور ان کے صرف اچھے پہلو ہی سامنے لائے جائیں۔

شوہر سے شکوہ و شکایت

ہر گھر کا ماحول اور رہن سہن کا طریقہ دوسرے گھر سے مختلف ہوتا ہے۔ میاں بیوی چونکہ دو مختلف قسم کے ماحول سے تعلق رکھتے ہیں اور انھیں ایک دوسرے کو سمجھنے اور مطابقت حاصل کرنے میں وقت لگتا ہے، اس لیے ایک دوسرے سے شکوہ و شکایت ہو جانا قدرتی اور طبعی بات ہے۔ بعض اوقات انسان یہ سمجھتا ہے کہ دوسرا فرد جان بوجھ کر اسے شکوہ و شکایت کا موقع فراہم کر رہا ہے، حالانکہ عین ممکن ہے کہ اسے اس

بارے میں معلوم ہی نہ ہو اور اس سے لاعلمی میں آپ کی دل آزاری ہو رہی ہو کیونکہ آپ عالم الغیب نہیں ہے۔ اس لیے کسی بھی قسم کی شکایت کی صورت میں دل میں منفی جذبات رکھنے یا یہ امید لگانے کے بجائے کہ دوسرے فرد کو خود ہی آپ کی شکایت کا پتا لگانا چاہیے اور آپ کی تکلیف کا احساس ہونا چاہیے، بہتر ہے کہ آپ اپنی پسند نا پسند اور دلی کیفیت کے بارے میں خود ہی بتا دیں تاکہ دوسرا فرد ایسی باتوں سے پرہیز کرے اور آپ کی دل آزاری سے بچ سکے۔

اسی طرح شوہر اگر کسی بات پر غصے میں ہو اور آپ درست بھی ہوں تو بھی خاموشی اختیار کر لیں اور معاملہ رفع دفع کرنے کی کوشش کریں، کیونکہ شوہر غصے کے وقت کسی بھی قسم کی دلیل یا صفائی سننا پسند نہیں کرتا۔ بعد میں کسی دوسرے وقت میں جب ماحول پرسکون ہو اور وہ سننے کے موڈ میں ہو تو آپ ان معاملات کے بارے میں دلائل کے ذریعے اپنا نقطہ نظر بیان کر سکتی ہیں۔ اس سے آپ کی قدر بھی بڑھے گی اور وہ آئندہ محتاط بھی رہے گا۔

اجر کی امید صرف اللہ تعالیٰ سے ہی رکھی جائے

شادی کے بعد عورت کو شوہر اور اس کے گھروں کی اطاعت کرنی پڑتی ہے اور وہ اپنی اطاعت اور فرمانبرداری کے بدلے میں حوصلہ افزائی اور صلے کی توقع رکھتی ہے۔ بعض اوقات اسے اپنی محنت کے نتیجے میں وہ صلہ نہیں ملتا جس کی وہ حقدار ہوتی ہے۔ اس سے مایوسی اور بددلی پیدا ہوتی ہے۔ اصل بات یہ ہے کہ شوہر کی اطاعت اللہ تعالیٰ کی طرف سے عورت پر فرض کی گئی ہے اور اچھے کاموں میں شوہر کی اطاعت دراصل اللہ کی اطاعت ہے۔ شوہر چونکہ انسان ہے اور ایک انسان کبھی کسی دوسرے انسان کے اچھے

فعل کا بدلہ نہیں دے سکتا، بلکہ بدلہ دینے والی صرف اللہ تعالیٰ ہی کی ذات ہے، اس لیے اپنے ہر اچھے عمل کے صلے کی توقع شوہر سے رکھنے کی بجائے صرف اللہ تعالیٰ سے رکھنی چاہیے اور اللہ تعالیٰ کی خوشنودی کی خاطر ہر صلے سے بے غرض ہو کر شوہر کی اطاعت کرنی چاہیے اور زندگی میں پیش آنے والی مشکلات پر صبر کرنا چاہیے۔

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جو عورت پانچ نمازیں پڑھے، ماہ (رمضان) کے روزے رکھے، اپنی شرمگاہ کی حفاظت کرے اور اپنے شوہر کی فرمانبرداری کرے، اسے (قیامت کے روز) کہا جائے گا: جنت کے (آٹھوں) دروازوں میں سے جس سے چاہو داخل ہو جاؤ۔'' (صحیح ابن حبان، حدیث: 4163)

مردوں کے بارے میں

ارشادِ باری تعالیٰ ہے:

''مرد عورتوں پر حاکم ہیں اس وجہ سے کہ اللہ تعالیٰ نے ان میں سے ایک کو دوسرے پر فضیلت دی ہے اور اس وجہ سے بھی کہ وہ اپنے مالوں میں سے خرچ کرتے ہیں۔'' (النسآء 34:4)

اسلام میں حاکم کا مطلب حکمران نہیں بلکہ ایک نگران ہے اور عورتوں پر برتری کا مطلب اس کی عورتوں پر حکمرانی نہیں بلکہ ذمہ داری کے حساب سے برتری ہے۔ جس طرح کسی بھی ملک کے حکمران کی ذمہ داری عوام کی نسبت زیادہ ہوتی ہے، اسی طرح ایک گھرانہ بھی دراصل ایک مملکت ہی ہوتا ہے۔ چونکہ مرد کی ذمہ داری عورت کی نسبت زیادہ ہوتی ہے، اس لیے آخرت میں اس سے اس کے بارے میں سوال کیا جائے گا۔ نبیِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کا فرمان ہے:

''تم میں سے ہر ایک نگران ہے اور اس سے اس کی رعیت (ماتحت افراد) کے متعلق باز پرس ہوگی۔ مرد اپنے گھر کا نگران ہے اور اس سے اس کے اہل خانہ کے بارے میں سوال کیا جائے گا۔ عورت اپنے شوہر کے گھر کی نگران ہے اور اس سے اس کے متعلق پوچھا جائے گا۔ خادم اپنے آقا کے مال کا نگران ہے اور اس سے اس کی رعیت کے متعلق پوچھا جائے گا۔'' (صحيح البخاري، حديث : 893، و صحيح مسلم، حديث : 1829)

بیوی سے حسن سلوک

میاں بیوی شادی سے پہلے چونکہ دو مختلف گھرانوں سے تعلق رکھتے ہیں، اس لیے ان کی عادات، طور اطوار اور مزاج ایک دوسرے سے مختلف بھی ہو سکتے ہیں۔ یوں عورت کو مرد کے مزاج کو سمجھنے اور ایک بالکل نئے ماحول میں ڈھلنے میں وقت لگے گا۔ والدین عموماً اپنی بیٹیوں کو پیار محبت اور لاڈ سے گھروں میں رکھتے ہیں، اس کے علاوہ عورت کو اللہ تعالیٰ نے فطرتاً نرم مزاج بنایا ہے اور ذرا سی بھی سختی اور ترش روئی اس کی نازک طبیعت پر گراں گزرتی ہے۔ بعض لوگ معمولی سی غلطی پر بھی اپنی بیوی سے سخت رویہ رکھتے ہیں، ڈانٹ ڈپٹ اور طعن و تشنیع شروع کر دیتے ہیں۔ ایسے لوگوں کو سمجھنا چاہیے کہ بیوی دراصل اللہ تعالیٰ کی طرف سے سونپی گئی ذمہ داری ہے اور اس سے روا رکھے گئے کسی بھی برے سلوک کے بارے میں وہ آخرت میں جوابدہ ہیں۔ سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

''عورت کی تخلیق پسلی سے ہوئی ہے۔ وہ تمھارے لیے کسی ایک طریقے پر ہرگز سیدھی نہیں رہ سکتی۔ پس اگر تم اس سے فائدہ اٹھانا چاہو تو (اسی طرح) فائدہ

اٹھالو گے کہ اس میں کجی رہے گی اور اگر تم اسے سیدھا کرنے چلو گے تو اسے توڑ ڈالو گے اور اسے توڑنا، اس کو طلاق دینا ہے۔" (صحيح مسلم، حديث : 1468)

سیدنا انس رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ نبی اکرم ﷺ (دوران سفر) اپنی ازواج مطہرات کے پاس تشریف لائے۔ اس وقت انجشہ نام کا ایک اونٹ ہانکنے والا ان (کے اونٹوں) کو (تیز تیز) ہانک رہا تھا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: "انجشہ! تم پر افسوس! شیشوں (خواتین) کو آہستگی اور آرام سے چلاؤ۔" (صحيح مسلم، حديث : 2323)

یعنی رسول کریم ﷺ نے عورتوں کی نازک مزاجی دیکھتے ہوئے انھیں شیشوں سے تشبیہ دی ہے، اس لیے عورت کے ساتھ نرمی برتنی چاہیے۔ نبی کریم ﷺ کا فرمان ہے:

"مومنوں میں سے ایمان کے لحاظ سے کامل مومن وہ ہے جو اخلاق میں سب سے اچھا ہے اور تم میں سے بہتر شخص وہ ہے جو اپنی بیویوں کے لیے بہتر ہے۔" (جامع الترمذي، حديث : 1162)

عورتوں کے حقوق

ہمارے ہاں مردوں کو زیادہ تر اپنے حقوق کی فکر رہتی ہے۔ انھیں اس بارے میں مختلف احادیث ازبر ہوتی ہیں۔ وہ عورتوں کی جہنم میں کثرت کی احادیث پڑھ کر عجیب نظریہ قائم کر لیتے ہیں اور مختلف موقعوں پر وقتاً فوقتاً امہات المومنین کا کردار اور سیرت اپنی بیویوں کو مثال کے طور پر جتاتے ہیں اور صرف اپنے حقوق کی بات کرتے ہیں۔ یہ طرز عمل درست نہیں۔ سوال یہ ہے کہ اگر آپ کی بیوی امہات المومنین کے اسوہ پر پورا نہیں اترتی تو کیا آپ بحیثیت شوہر رسولِ کریم ﷺ کے اسوۂ حسنہ پر پوری طرح عمل پیرا ہیں جو آپ ایسی آئیڈیل بیوی کے طلب گار ہیں۔

یہ بات یاد رکھیں کہ اسلام نے معاشرے کو صحیح بنیادوں پر قائم کرنے کے لیے ہر فرد کے حقوق وفرائض کا تعین کر دیا ہے۔ جس طرح مردوں کے حقوق ہیں، اسی طرح عورتوں کے بھی حقوق ہیں۔ گھر میں امن وسکون قائم رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ دونوں ایک دوسرے کے حقوق کا خیال رکھیں۔ مرد حضرات چونکہ نگران ہیں، اس لیے ان پر ذمہ داریاں بھی زیادہ عائد ہوتی ہیں۔ اگر انھوں نے اپنی ذمہ داریوں کا خیال نہ کیا تو آخرت میں پکڑ بھی ان کی زیادہ ہوگی۔

رسول اللہ ﷺ نے خطبہ حجۃ الوداع میں فرمایا: ''لوگو! سنو! عورتوں کے حق میں خیر اور بھلائی کی وصیت قبول کرو، وہ تمھارے پاس قیدیوں کی طرح ہیں۔ تمھیں ان پر اس کے سوا کوئی اختیار نہیں، الا یہ کہ وہ واضح بے شرمی کا کوئی کام کریں۔ اگر وہ ایسی حرکت کریں تو ان سے بستروں میں الگ ہو جاؤ اور انھیں مارو، لیکن سخت پٹائی نہ ہو۔ (اس تنبیہ کے نتیجے میں) اگر وہ تمھاری اطاعت کرنے لگ جائیں تو ان پر (سختی کرنے کی) راہ تلاش نہ کرو، یقیناً تمھاری عورتوں پر تمھارا حق ہے اور تمھاری عورتوں کا تم پر حق ہے۔ تمھاری عورتوں پر تمھارا حق یہ ہے کہ وہ تمھارے بستر پر اسے نہ بٹھائیں جس (کے گھر میں آنے) کو تم ناپسند کرتے ہو اور تمھارے گھر میں اس فرد کو آنے کی اجازت نہ دیں جسے تم ناپسند کرتے ہو۔ سنو! تم پر عورتوں کا یہ حق ہے کہ ان کے لباس اور خوراک کے بارے میں ان سے اچھا سلوک کرو۔'' (جامع الترمذي، حديث: 1163، و سنن ابن ماجه، حديث: 1851)

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے:

''اور دستور کے مطابق عورتوں کے لیے مردوں پر ویسے ہی حقوق ہیں جیسے مردوں کے لیے عورتوں پر ہیں۔'' (البقرة 2:228)

عورت کے اخراجات

نکاح کے بعد عورت کے تمام مناسب اخراجات مرد کے ذمے ہوتے ہیں۔ بعض لوگ صاحب حیثیت ہونے کے باوجود اپنی بیوی پر اپنی حیثیت کے مطابق خرچ نہیں کرتے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''آدمی (کو ہلاک کرنے) کے لیے اتنا گناہ ہی کافی ہے کہ وہ جن کی خوراک کا مالک ہے، انھیں نہ دے۔'' (صحيح مسلم، حديث : 996)

سیدنا ابومسعود رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''مسلمان جب اپنے اہل وعیال پر خرچ کرتا ہے اور اس سے اللہ کی رضا چاہتا ہے تو وہ اس کے لیے صدقہ ہے۔'' (صحيح مسلم، حديث :1002)

بعض مرد خود تو باہر یار دوستوں کے ساتھ کھا پی لیتے ہیں، لیکن جب گھر آتے ہیں تو خالی ہاتھ آتے ہیں۔ بہتر ہے کہ شوہر جب بھی گھر آئے کچھ نہ کچھ اپنی بیوی کے لیے بھی لیتا آئے۔ آپ ﷺ نے بیوی کے حقوق بتاتے ہوئے فرمایا:

''جو تو کھائے اسے بھی کھلائے اور جو تو پہنے اسے بھی پہنائے اور (اس کے) چہرے پر نہ مار اور اسے برا بھلا مت کہہ اور اس سے جدا نہ ہو مگر گھر میں۔''

(سنن أبي داود، حديث : 2142)

کام کاج میں بیوی کا ہاتھ بٹانا

ہمارے ہاں گھر کے تمام کام کاج عورت کے ذمے فرض سمجھے جاتے ہیں، شوہر اور سسرال والے یہ چاہتے ہیں کہ عورت ان کے تمام کام کاج بھاگ بھاگ کر کرے اور شادی ہوتے ہی سارا گھر سنبھال لے اور ہر وقت سرگرم رہے جو ایک ناممکن بات

ہے، کیونکہ آج کل لڑکیاں پڑھائی کی وجہ سے ماں باپ کے گھر میں کم ہی کام کاج کرتی ہیں اور زیادہ تر سسرال آکر ہی سیکھتی ہیں۔ دوسری بات یہ کہ زیادہ تر لڑکیاں شادی کے شروع کے چند ماہ ہی میں حاملہ ہو جاتی ہیں اور پھر اوپر تلے بچوں کی پیدائش، طبیعت کی خرابی اور کام کا انبار ایک بوجھ کی طرح عورت پر لدا ہوتا ہے۔ ہمارے ہاں مرد گھر کے تمام کاج عورت کی ذمہ داری سمجھتے ہیں اور طبیعت کی خرابی کے باوجود ہر کام بیوی پر فرض سمجھتے ہیں، حالانکہ مرد کو اپنی بیوی کا خیال رکھنا چاہیے اور گھر کے چھوٹے موٹے کاموں میں اس کی مدد کر کے اپنی محبت کا احساس دلانا چاہیے۔ اگر گھر کے کام نہ کرنے میں کوئی بڑائی ہوتی تو رسول اللہ ﷺ سب سے زیادہ اس سے پرہیز کرتے۔

سیدنا عرباض بن ساریہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ”جب آدمی اپنی بیوی کو پلاتا ہے تو اسے اجر و ثواب ملتا ہے۔“ عرباض رضی اللہ عنہ کہتے ہیں کہ میں یہ حدیث سن کر اٹھا، اپنی بیوی کو پانی پلایا اور اسے یہ حدیث سنائی۔ (مسند أحمد: 128/4)

اسود رحمہ اللہ کہتے ہیں کہ میں نے ام المومنین عائشہ رضی اللہ عنہا سے عرض کیا: رسول اکرم ﷺ گھر میں کیا کرتے تھے؟ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا: ”آپ ﷺ اپنے اہل خانہ کی خدمت میں مصروف رہتے اور جب نماز کا وقت ہو جاتا تو نماز کے لیے تشریف لے جاتے۔“ (صحیح البخاري، حدیث: 676)

بیوی اور ماں کے درمیان انصاف

اس بارے میں ہمارے ہاں مردوں کو بہت کم سمجھایا جاتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ شادی کے بعد مرد ایک پینڈولم (گھڑیال کی گھنٹی) کی طرح دائیں بائیں جھولتا رہتا ہے۔ اس کے لیے فیصلہ کرنا مشکل ہو جاتا ہے کہ ماں کے حقوق زیادہ ہیں یا بیوی

کے۔ شادی کے بعد مرد کی اصل ذمہ داری ماں اور بیوی کے درمیان انصاف کرنا ہے۔ مرد کو اپنی بیوی کے ساتھ تعلق کو اپنی ماں کے ساتھ تعلق کی طرح نہیں سمجھنا چاہیے۔ ہمارے معاشرے میں ازدواجی ناخوشگواری کی بڑی وجہ یہی ہے کہ اکثر شوہر بیوی اور ماں سے ایسے تعلق رکھتے ہیں جیسے ایک شوہر کی دو بیویوں کے درمیان تعلق ہوتا ہے، اسی لیے ایک مرد کے لیے اس معاملے میں کشمکش پائی جاتی ہے۔

بہتر ہے کہ آپ شروع ہی سے اس بات کو قبول کرلیں کہ ساس اور بہو کا محبت کا رشتہ کم ہی ہوتا ہے، لہٰذا شروع ہی سے دونوں کے حقوق کا تعین کرلیں اور چند بنیادی اصول طے کرلیں، کیونکہ چھوٹی چھوٹی باتیں بھی تلخی کا باعث ہوسکتی ہیں۔

سربراہ کا کردار

اسلام کا اصول ہے کہ کسی بھی مملکت کی سربراہ عورت نہیں ہوسکتی، اسی طرح گھر بھی ایک مملکت ہی کی طرح ہوتا ہے۔ اس کا سربراہ بھی ساس یا بہو کے بجائے مرد ہی کو ہونا چاہیے اور خانگی امور کے بارے میں اہم معاملات پر اصل فیصلہ مرد ہی کو کرنا چاہیے، نیز فیصلے کا اختیار عورت کو کبھی نہیں دینا چاہیے کیونکہ عورت فطری کمزوریوں کی بنا پر اور ذاتی چپقلش یا ذاتی مفاد یا مسابقت کی بنا پر جانبداری سے فیصلہ کرتی ہے۔ مثال کے طور پر ایک عورت یہ تو پسند کرتی ہے کہ اس کی بیٹی کو سسرال والوں کی طرف سے میکے آنے کی ہر وقت آزادی ہو، لیکن یہی بات وہ اپنی بہو کے بارے میں پسند نہیں کرتی، سوائے چند خواتین کے۔ اسی طرح اسے اپنی بہو کا کھانا پینا، اوڑھنا اور پہننا کھٹکتا ہے، لیکن بیٹی کا ذرا نہیں کھٹکتا۔ دوسری طرف دیکھیں تو بہو کو بھی نندوں کا وقت بے وقت میکے آنا اور ساس کا بیٹیوں کی طرف جھکاؤ ہونا ناپسند ہوتا

ہے۔ سو اصل چیز یہ ہے کہ یہ معاملات کبھی ختم نہیں ہوں گے، لہٰذا مرد کو کسی دوسرے کی پسند ناپسند دیکھنے کے بجائے صرف یہ دیکھنا چاہیے کہ کون سی چیز فائدہ مند اور موزوں ہے اور کون سی نقصان دہ ہے اور اسی حساب سے فیصلہ کرنا چاہیے۔

ماں کا حق زیادہ ہے یا بیوی کا

جس طرح کسی بھی فرد کے حقوق کا دوسرے فرد کے حقوق سے کوئی تعلق نہیں ہوتا، اسی طرح کسی ایک فرد کے حقوق پورے کرنے سے دوسرے فرد کے حقوق خود بخود ادا نہیں ہوں گے، لہٰذا آپ کو ہر فرد کو اس کی اپنی انفرادی حیثیت دینی ہوگی۔ ماں کی عزت واحترام بلاشبہ آپ پر فرض ہے، لیکن اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ ماں کی بیوی کے متعلق کہی گئی ہر بات ماننا آپ پر فرض ہے۔ شادی کے بعد سسرال والے میاں بیوی کے معاملات میں مداخلت کرتے ہیں اور ہر بات اپنی مرضی کے مطابق چاہتے ہیں تو اصل بات یہ ہے کہ بیوی کے حقوق پورے کرنا آپ پر فرض ہے، سسرال والوں پر نہیں، کیونکہ بیوی آپ کی وجہ سے اس گھر میں آئی ہے اور اللہ تعالیٰ نے عورت کا سربراہ اس کے شوہر کو مقرر کیا ہے، سسرال والوں کو نہیں۔ اس لیے ماں اور بیوی کے درمیان انصاف کرنا مرد پر فرض ہے۔ کسی ایک کو اس قدر اہمیت نہیں دینی چاہیے کہ دوسرا بے وقعت ہو جائے بلکہ ہر ایک کو اس کی حیثیت کے مطابق اہمیت دینی چاہیے۔

بیوی کی طرف سے صفائی پیش کرنا

ہمارے ہاں سسرال والوں کی طرف سے بہو کو بات بے بات ٹوکنے اور اس کے کیے گئے کاموں پر نکتہ چینی کرنے کا رویہ پایا جاتا ہے۔ ایک لڑکی جو ماں باپ کے گھر میں سگھڑ اور سلیقہ مند کہلاتی ہے، سسرال میں آتے ہی اس پر پھوہڑ اور آرام پرست کا

لیبل لگ جاتا ہے۔ ایسی صورت میں شوہر کو اپنی بیوی کے محافظ کے طور پر رویہ اپنانا چاہیے، کیونکہ اللہ تعالیٰ نے شوہر کو اس کی بیوی کی حفاظت کا ذمہ دیا ہے۔ شوہر کو چاہیے کہ وہ اپنی بیوی سے روا رکھے گئے کسی بھی برے رویے پر ناپسندیدگی کا اظہار کرے اور اپنی بیوی کی طرف سے خود ہی صفائی پیش کرے۔ یقیناً ایسا کرنا گھر والے پسند تو نہیں کریں گے، لیکن آپ کی ناپسندیدگی دیکھتے ہوئے وہ آپ کی بیوی سے اس قدر سختی نہیں کر پائیں گے۔ عورت کے ساتھ سسرال والوں کا برا رویہ دراصل مرد ہی کی کمزوری ہوتی ہے، کیونکہ گھرانا بھی ایک مملکت ہی کی طرح ہے۔ جس ملک کا سربراہ کمزور ہو تو پڑوسی ملک اس کا استحصال کرتے ہیں، اسی طرح شوہر کمزور ہو تو گھر والے اس کی بیوی کا استحصال کرتے ہیں۔

خالی ہاتھ گھر نہ آنا

مرد کو چاہیے کہ وہ گھر آتے ہوئے اپنی حیثیت کے مطابق اپنی بیوی بچوں کے لیے وقتاً فوقتاً کچھ نہ کچھ ضرور لائے۔ ہمارے ہاں زیادہ تر مشترکہ خاندانی نظام قائم ہے اور کئی خاندان ایک ہی گھر میں اکٹھے آباد ہوتے ہیں، اس لیے بعض گھروں میں شوہر کا صرف بیوی بچوں کے لیے کچھ لانا پسند نہیں کیا جاتا۔ اس کا حل یہ ہے کہ سب کے لیے اکٹھا لانے کی بجائے دو جگہ چیزیں لانی چاہئیں، یعنی شروع ہی سے دو حصے بنا لینے چاہئیں، ایک حصہ بیوی بچوں کے لیے اور دوسرا بڑا حصہ باقی لوگوں کے لیے۔ عام طور پر اکٹھی لائی ہوئی چیز بیوی بچوں کو اس قدر مناسب مقدار میں نہیں مل پاتی جو کہ ان کا حق ہے اور پھر انھی چھوٹی چھوٹی باتوں پر بدمزگی پیدا ہو جاتی ہے، لہٰذا بہتر ہے کہ اپنی روش میں چند ضروری تبدیلیاں کر لی جائیں تاکہ معمولی رنجشوں سے بچا جا سکے۔

حرفِ آخر

تالی کبھی ایک ہاتھ سے نہیں بجتی۔ عورت کو اللہ تعالیٰ نے شوہر کی اطاعت کا حکم دیا ہے، اسی طرح شوہر کو بھی بیوی کے نگران اور محافظ ہونے کی ذمہ داری سونپی ہے۔ اگر ہر فرد اپنی ذمہ داری کو اللہ کی خوشنودی کی خاطر احسن طریقے سے پورا کرنے کی کوشش کرے گا تو یقیناً ہر گھرانا ایک مثالی گھرانا بن جائے گا۔

غسل کے مسائل

غسل کن حالتوں میں فرض اور مستحب ہے

وہ تمام حالتیں جن میں غسل فرض یا مستحب ہے

① حیض و نفاس۔

② احتلام۔

③ خودلذتی (مشت زنی میں اگر منی خارج ہو جائے۔)

④ جنابت (جماع کی وجہ سے)

⑤ غیر مسلم جب اسلام قبول کرلے۔

⑥ جمعہ کے دن (مردوں کے لیے مستحب ہے۔)

⑦ مردے کو غسل دینے کے بعد (مستحب ہے۔)

غسل جنابت کے مسائل

غسل کی فرضیت

رسول اکرم ﷺ کا فرمان ہے: ”جب مرد اپنی بیوی کے چار اعضاء کے درمیان بیٹھ

جائے اور شرمگاہ کو شرمگاہ سے ملا دے تو ان پر غسل فرض ہے۔" (سنن أبي داود، حديث: 216)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "جب آدمی عورت کے چار اعضاء کے درمیان بیٹھے، پھر (جماع کی) کوشش کرے تو غسل واجب ہو گیا۔" (صحيح البخاري، حديث: 291)

اگر دوبارہ صحبت (جماع) کا ارادہ ہو؟

اگر بیوی سے ملاپ کے بعد دوبارہ صحبت کا ارادہ ہو تو اس کے لیے غسل فرض نہیں بلکہ صحبت سے پہلے وضو کر لینا کافی ہے۔ ارشاد نبوی ﷺ ہے:

"جب تم میں سے کوئی اپنی بیوی سے صحبت کر لے، پھر دوبارہ صحبت کرنا چاہے تو وہ (درمیان میں) وضو کرے۔" (صحيح مسلم، حديث: 308)

نبی کریم ﷺ کا فرمان ہے: "جب تم میں سے کسی نے اپنی بیوی سے صحبت کر لی، پھر دوبارہ صحبت کرنا چاہے تو وہ وضو کرے، کیونکہ یہ صحبت کے لیے زیادہ نشاط کا باعث ہے۔" (المستدرك للحاكم: 152/1)

اگر صبح غسل کا ارادہ ہو؟

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ بے شک رسول اللہ ﷺ جب سونے کا ارادہ فرماتے جبکہ آپ جنبی ہوتے تو وضو فرما لیتے تھے۔ (سنن النسائي، حديث: 258)

سیدنا عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ سیدنا عمر رضی اللہ عنہ نے رسول اللہ ﷺ سے ذکر کیا کہ وہ رات کو جنبی ہو جاتے ہیں (تو کیا کریں؟) آپ ﷺ نے فرمایا: "وضو کرو (اور اس سے پہلے) اپنی شرمگاہ دھولو، پھر سو جاؤ۔" (صحيح البخاري، حديث: 290، و صحيح مسلم، حديث: 306)

جنابت کی حالت میں کھانا پینا

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسولِ کریم ﷺ جب جُنبی ہوتے اور کھانا تناول کرنے یا سونے کا ارادہ کرتے تو نماز والا وضو کرتے۔ (صحیح مسلم، حدیث: 305)

جنبی اگر وضو نہ کرے؟

سیدنا علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''اس گھر میں (رحمت کے) فرشتے داخل نہیں ہوتے جس میں تصویر، کتا یا جنبی ہو۔'' (سنن أبي داود، حديث: 227، وسنن النسائي، حديث: 262)

صحبت کے وقت پہنا ہوا کپڑا

سیدنا معاویہ بن ابوسفیان رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ انھوں نے اپنی ہمشیرہ ام المومنین سیدہ ام حبیبہ رضی اللہ عنہا سے سوال کیا: کیا رسول اللہ ﷺ اس کپڑے میں نماز پڑھ لیتے تھے جس میں آپ نے صحبت کی ہوتی تھی؟ انھوں نے کہا: ہاں، اگر اس میں ناپاکی کا اثر نہ ہوتا۔ (سنن أبي داود، حديث: 366، و سنن ابن ماجه، حديث: 540)

اگر کپڑے پر منی لگ جائے

سلیمان بن یسار رحمہ اللہ نے سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے سوال کیا: جس کپڑے کو منی لگ جائے تو (اسے کیسے پاک کیا جائے؟) سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا: نبی کریم ﷺ کے کپڑے کو بھی وہ چیز (منی) لگ جاتی تھی تو ہم کپڑے کو دھو کر اسے اتار دیتے تھے، پھر آپ وہی کپڑا پہن کر نماز پڑھنے تشریف لے جاتے اور مجھے کپڑے پر دھونے کا نشان نظر آ رہا ہوتا۔ (سنن ابن ماجه، حديث: 536)

غسل جنابت میں بال نہ کھولنا

جنابت کی حالت میں عورت بال (چوٹی) کھولے بغیر بھی غسل کر سکتی ہے، لیکن بال اندر تک اچھی طرح گیلے ہونے چاہئیں، اس کے علاوہ دیگر حالتوں میں غسل کے دوران میں بال کھولنا ضروری ہے۔

سیدہ ام سلمہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے عرض کیا: یا رسول اللہ! میں ایسی عورت ہوں کہ اپنے بالوں کی چوٹی کو مضبوط باندھتی ہوں، کیا میں غسل جنابت کے لیے اسے کھولا کروں؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ”نہیں، تین مرتبہ سر پر پانی ڈال لینا تیرے لیے کافی ہے، پھر سارے بدن پر پانی بہاؤ تو تم پاک ہو جاؤ گی۔“ (صحيح مسلم، حديث: 330، و جامع الترمذي، حديث: 105)

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا کو معلوم ہوا کہ عبداللہ بن عمرو رضی اللہ عنہما عورتوں کو نہاتے وقت بال کھولنے کا حکم دیتے ہیں تو وہ فرمانے لگیں: تعجب ہے ابن عمرو پر! وہ عورتوں کو حکم دیتا ہے کہ جب وہ غسل کریں تو سر کے بال کھولیں۔ وہ انھیں یہ حکم کیوں نہیں دیتا کہ وہ اپنے سر کے بال مونڈ لیں۔ میں اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ایک ہی برتن سے غسل کرتے تھے اور میں اس سے زائد کچھ نہیں کرتی تھی کہ اپنے سر پر تین بار پانی ڈال لیتی۔ (صحيح مسلم، حديث :331)

رمضان اور جنابت

ام المومنین سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کو رات کو جنابت کی حالت پیش آ جاتی تھی، (صبح ہونے پر) سیدنا بلال رضی اللہ عنہ حاضر ہو کر نماز کا وقت ہونے کی اطلاع دیتے تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم اٹھ کر غسل فرماتے۔

حدیث کے ایک راوی مطرف رحمہ اللہ نے امام عامر شعبی رحمہ اللہ سے کہا: کیا رمضان میں (نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم اس طرح کرتے تھے؟) انھوں نے فرمایا: رمضان اور غیر رمضان برابر ہیں۔(سنن ابن ماجه، حديث :1703)

نافع رحمہ اللہ سے روایت ہے کہ انھوں نے کہا: میں نے سیدہ ام سلمہ رضی اللہ عنہا سے دریافت کیا کہ اگر آدمی کو جنابت کی حالت میں صبح ہو جائے اور وہ روزہ رکھنا چاہتا ہو (تو کیا حکم ہے؟) ام المومنین رضی اللہ عنہا نے فرمایا: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کو بھی اس حالت میں صبح ہو جاتی تھی۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کو خواب کی وجہ سے نہیں بلکہ مباشرت کی وجہ سے غسل کی حاجت ہوتی تھی تو آپ صلی اللہ علیہ وسلم غسل کر کے اپنا روزہ مکمل فرما لیتے تھے۔ (سنن ابن ماجه، حديث :1704)

مطلب یہ کہ سحری کھانے کے بعد غسل کر کے یا سحری کے قریب جس وقت بھی آنکھ کھلے غسل کر کے روزہ رکھا جا سکتا ہے۔

میاں بیوی کا اکٹھا غسل کرنا

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے، وہ فرماتی ہیں کہ میں اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم ایک ہی برتن سے غسل فرماتے تھے۔ اس برتن میں ہمارے ہاتھ یکے بعد دیگرے داخل ہوتے تھے۔(صحيح البخاري، حديث :261)

میاں بیوی کا ایک دوسرے کے بچے ہوئے پانی سے غسل کرنا

رسولِ کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے ایک صحابی بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے منع فرمایا کہ عورت، خاوند کے یا خاوند، عورت کے بچے ہوئے پانی سے غسل کرے مگر دونوں کو

چاہیے کہ اکٹھے ہی (باری باری) چلو لیں۔(سنن أبي داود، حديث :81)

خاوند اور بیوی ایک دوسرے کے بچے ہوئے پانی سے غسل کر سکتے ہیں، اس میں کوئی قباحت نہیں ہے، تاہم اگر دوران غسل احتیاط نہ برتی گئی ہو اور پانی کے آلودہ ہونے کا شبہ ہو تو پھر بچے ہوئے پانی سے غسل نہ کیا جائے۔

غسل کے بعد نماز کے لیے وضو

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم غسل جنابت کے بعد وضو نہیں کرتے تھے۔(جامع الترمذي، حديث :107)

ام المومنین سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا کہتی ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم غسل کرتے، دو رکعتیں ادا کرتے اور نماز فجر پڑھتے اور میں نہیں سمجھتی کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم غسل کے بعد وضو کی تجدید کرتے تھے۔(سنن أبي داود، حديث :250)

نیند سے بیدار ہونے کے بعد

ہمیشہ نیند سے بیدار ہونے کے بعد سب سے پہلے اپنے ہاتھ اچھی طرح دھو لینے چاہئیں اور ہاتھ دھوئے بغیر کھانے پینے کی اشیاء کو ہاتھ نہیں لگانا چاہیے۔ ارشاد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے:

> ''تم میں سے جب کوئی نیند سے بیدار ہو تو تین مرتبہ ہاتھ دھونے سے پہلے اسے برتن میں نہ ڈالے کیونکہ اسے معلوم نہیں کہ رات بھر ہاتھ کہاں کہاں گردش کرتا رہا (اور کس کس چیز کو چھوتا رہا ہے)۔''(صحيح مسلم، حديث : 278، وصحيح البخاري، حديث : 162)

غسل کا طریقہ

مسلمان کے لیے ہر قسم کے غسل (غسل جنابت، احتلام، خود لذتی اور نماز جمعہ کے لیے غسل) کا طریقہ کار ایک ہی ہے جو درج ذیل ہے:

① سب سے پہلے ہاتھ دھو کر شرمگاہ دھولیں۔
② پھر ہاتھ دھو کر نماز والا وضو کرلیں، لیکن سر کا مسح نہ کریں اور پاؤں نہ دھوئیں۔
③ پھر تین چلو پانی سر پر ڈال کر انگلیوں کے ذریعے بالوں کی جڑوں میں پانی داخل کریں، پھر باقی جسم پر پانی ڈال لیں۔
④ پھر غسل کی جگہ سے الگ ہو کر پاؤں دھولیں۔

ام المومنین سیدہ میمونہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ میں نے نبی کریم ﷺ کے لیے غسل کا پانی رکھا اور پردہ کر دیا، آپ نے یوں غسل جنابت کیا: (پہلے) دائیں ہاتھ سے بائیں ہاتھ پر پانی ڈالا اور تین بار اپنے دونوں ہاتھ دھوئے۔ پھر اپنی شرمگاہ پر پانی ڈالا (اور استنجا کیا)، پھر زمین پر ہاتھ مار کر اسے اچھی طرح رگڑا (اور اسے صاف کرلیا)، پھر کلی کی اور ناک میں پانی ڈالا، پھر چہرہ مبارک دھویا اور دونوں بازو دھوئے۔ پھر باقی جسم پر پانی بہالیا۔ پھر ایک طرف ہو کر دونوں پاؤں دھو لیے۔ (صحيح البخاري، حديث: 266)

ایک حدیث میں ہے کہ نبی کریم ﷺ نے غسل جنابت کیا تو پہلے اپنی شرمگاہ کو اپنے ہاتھ سے دھویا، پھر ہاتھ کو زمین سے رگڑ کر دھویا، پھر نماز کی طرح وضو کیا اور جب آپ غسل سے فارغ ہو گئے تو دونوں پاؤں دھوئے۔ (صحيح البخاري، حديث: 257، و صحيح مسلم، حديث: 317)

سیدنا عمر رضی اللہ عنہ نے رسول اللہ ﷺ سے غسل جنابت کے بارے میں پوچھا تو

آپ ﷺ نے فرمایا: ''سب سے پہلے اپنے دائیں ہاتھ پر دو یا تین دفعہ پانی ڈالے، پھر دایاں ہاتھ برتن میں ڈال کر اپنی شرمگاہ پر پانی ڈالے اور بایاں شرمگاہ پر ہو، اس سے اس کی آلودگی دھوئے حتی کہ اسے اچھی طرح صاف کرے۔ پھر اگر چاہے تو اپنا بایاں ہاتھ مٹی پر ملے، پھر بائیں ہاتھ پر پانی ڈال کر اسے اچھی طرح صاف کر لے۔ پھر دونوں ہاتھوں کو تین دفعہ دھوئے، کلی کرے، ناک میں پانی ڈالے اور چہرے اور بازوؤں کو تین دفعہ دھوئے حتی کہ جب سر تک پہنچے تو مسح نہ کرے بلکہ سر پر پانی ڈالے۔'' (سنن النسائي، حديث: 422)

غسل حیض و نفاس

حیض و نفاس کے غسل کا طریقہ بھی وہی ہے جو اوپر بیان کیا گیا ہے، لیکن اس غسل کے آخر میں ایک روئی پر خوشبو لگا کر شرمگاہ پر پھیر لی جائے۔ اس مقصد کے لیے کوئی سی بھی خوشبو استعمال کی جا سکتی ہے۔

ام المومنین عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ سیدہ اسماء رضی اللہ عنہا رسول اللہ ﷺ کے پاس آئیں اور کہنے لگیں: اے اللہ کے رسول! جب ہم میں سے کوئی حیض سے پاک ہو تو کیسے غسل کرے؟ آپ ﷺ نے فرمایا: ''بیری کے پتے ملا پانی لے اور وضو کرے، پھر اپنا سر دھوئے اور خوب ملے حتی کہ پانی بالوں کی جڑوں تک پہنچ جائے، پھر باقی جسم پر پانی بہائے، پھر روئی کا خوشبودار ٹکڑا لے اور اس سے پاکیزگی حاصل کرے۔'' وہ کہنے لگیں: اے اللہ کے رسول! اس سے کیسے پاکیزگی حاصل کروں؟ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ میں سمجھ گئی کہ رسول اللہ ﷺ کیا کہنا چاہتے ہیں تو میں نے اسے بتایا کہ اسے خون کے مقام پر رکھو۔ (صحيح مسلم، حديث: 332، وسنن أبي داود، حديث: 314)

باب چہارم

حمل

حمل کیسے ٹھہرتا ہے؟

مردانہ جرثومہ (Sperm)

مردانہ جرثومہ ایک سانپ کی شکل کا دم دار خلیہ ہوتا ہے، یعنی بیضوی سر اور اس کے پیچھے دم۔ جرثومے کی یہ دم اس لیے ہوتی ہے تا کہ وہ آسانی سے تیر کر انڈے تک پہنچ سکے۔ ایک دفعہ کے انزال کے دوران میں خارج ہونے والی منی میں تقریباً 200 تا 500 ملین جرثومے پائے جاتے ہیں، لیکن ان میں سے عموماً ایک جرثومہ ہی بیضے سے ملاپ کرنے میں کامیاب ہو پاتا ہے۔ جرثومے کو زندہ رہنے کے لیے نمی اور گرم ماحول کی ضرورت ہوتی ہے، اس لیے جسم کے باہر کپڑے پر خشک ہونے پر منی میں موجود جرثومے مر جاتے ہیں۔ عورت کے جسم کے اندر جرثومے 3 تا 5 دن زندہ رہ سکتے ہیں، یعنی بیضہ دانی سے انڈے کے اخراج سے چند دن پہلے صحبت (مجامعت) کرنے کے باوجود بھی حمل ٹھہر سکتا ہے۔

بیضہ / انڈہ (Egg)

ایک عورت کے جسم میں دو بیضہ دانیاں ہوتی ہیں جن میں سے ہر ماہ باری باری ایک

بیضہ خارج ہوتا ہے۔ اخراج کے بعد انڈہ بیضہ دانی کی نالیوں (Fallopian Tubes) میں 24 گھنٹوں کے لیے ٹھہرا رہتا ہے تاکہ جماع (مباشرت) پر جرثومے سے ملاپ کر سکے۔ بیضے کا اخراج عام طور پر پچھلی ماہواری ختم ہونے کے دو ہفتے بعد ہوتا ہے۔ ایک بیضے کا سائز 0.2mm ہوتا ہے اور یہ بیضہ دانی سے اخراج کے بعد 12-24 گھنٹوں تک زندہ رہ سکتا ہے۔ بعض اوقات عورت کی دونوں بیضہ دانیوں سے اکٹھے انڈے بھی خارج ہو جاتے ہیں۔ جن سے مردانہ جرثوموں کے ملاپ کے بعد جڑواں بچوں کی پیدائش ہو سکتی ہے، لیکن ایسا بہت کم ہوتا ہے۔

استقرارِ حمل (Conception)

بیضہ دانی سے اخراج کے بعد انڈہ بیضہ دانی کی نالیوں (Fallopion Tubes) میں 24 گھنٹوں تک ٹھہرتا ہے تاکہ مباشرت پر مردانہ جرثومے سے ملاپ کر سکے جسے استقرارِ حمل کہا جاتا ہے۔ ایک دفعہ کے انزال کے دوران میں200-500 ملین جرثومے خارج ہوتے ہیں، لیکن زیادہ تر جرثومے مباشرت کے بعد اندام نہانی سے خارج ہونے والی منی کے ذریعے بہ جاتے ہیں، چونکہ اندام نہانی سے بیضہ دانی کی نالیوں تک کا فاصلہ جرثوموں کے لیے بہت مشکل اور رکاوٹوں سے بھرپور ہوتا ہے، اس لیے باقی ماندہ جرثوموں میں سے بھی تمام جرثومے بیضے تک نہیں پہنچ پاتے بلکہ زیادہ تر جرثومے راستے ہی میں مر جاتے ہیں۔ مباشرت کے بعد جرثومے اندام نہانی سے لے کر بیضہ دانی کی نالیوں تک کا فاصلہ کئی گھنٹوں میں طے کرتے ہیں اور پیش آنے والی تمام مشکلات اور رکاوٹوں کو عبور کرتے ہوئے صرف200 جرثومے ہی بیضے تک پہنچ پاتے ہیں جو کہ کل منی کا صرف چند فیصد حصہ ہی ہوتا ہے۔ ایسا اس لیے ہوتا ہے تاکہ صرف

صحت مند جرثومہ ہی بیضے سے ملاپ کر سکے اور ایک صحت مند بچہ وجود میں آ سکے۔

بیضے تک پہنچنے کے بعد یہ جرثومے گچھے کی شکل میں بیضے سے چپک جاتے ہیں تاکہ بیضے کے اندر داخل ہو سکیں لیکن ان میں سے صرف ایک جرثومہ ہی داخل ہونے میں کامیاب ہو پاتا ہے۔ جیسے ہی پہلا جرثومہ بیضے میں داخل ہوتا ہے، بیضے کی بیرونی دیوار فوراً سخت ہو جاتی ہے تاکہ باقی جرثومے اندر داخل نہ ہو سکیں۔ ملاپ کے بعد بیضہ تین چار دنوں تک بیضہ دانی کی نالی میں رہتا ہے، اس کے بعد وہ بچہ دانی کی طرف روانہ ہوتا ہے اور بچہ دانی کی دیوار سے چپک جاتا ہے تاکہ وہ ماں کے جسم سے خوراک حاصل کر سکے۔ اس مرحلے پر عورت کے جسم میں ایک ہارمون (Progesterone) پیدا ہوتا ہے جس سے بچہ دانی کی اندرونی دیوار موٹی ہونے لگتی ہے تاکہ حمل کی حفاظت ہو سکے۔ حمل کے ٹیسٹ کے لیے دراصل پیشاب میں اسی ہارمون کی موجودگی کو چیک کیا جاتا ہے۔

بچہ دانی کی نالیوں میں حمل (Ectopic Pregnancy)

بعض اوقات جرثومے سے ملاپ کے بعد بیضہ بچہ دانی کی طرف روانہ ہونے کے بجائے بیضہ دانی کی نالی سے چپک جاتا ہے۔ یہ ایک خطرناک صورت حال ہوتی ہے کیونکہ بچے کے انڈہ دانی کی نالی میں بڑھنے کی وجہ سے نالی پر دباؤ بڑھے گا اور بچے کے لیے جگہ نہ ہونے پر دباؤ کی وجہ سے نالی پھٹ سکتی ہے اور پیٹ کے اندر خون بہنے سے جان جانے کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

ایکٹوپک حمل کی علامات

عام طور پر اس قسم کے حمل کا آغاز میں پتہ نہیں چل پاتا، کیونکہ اس کی تمام علامات

عام حمل کی طرح ہی ہوتی ہیں، لیکن حمل کے چودہ پندرہ ہفتوں کے دوران میں اس کی علامات واضح ہو جاتی ہیں۔ اس کی درج ذیل علامات ہوسکتی ہیں:

- اندام نہانی سے خون آنا۔
- پیٹ میں درد، خاص طور پر کسی ایک طرف۔
- ماہواری نہ آنا اور حمل کی دیگر علامات۔

نالی پھٹنے کی علامات

- اچانک پیٹ میں شدید درد۔
- کمزوری کا احساس ہونا اور چکر آنا۔
- کندھوں میں درد۔
- بے ہوش ہو جانا۔
- بار بار پاخانے کی خواہش ہونا۔

علاج

اگر اس قسم کے حمل کا آغاز ہی میں علم ہو جائے تو ادویات کے ذریعے اس کا علاج ممکن ہے، لیکن انڈہ دانی کی نالی پھٹنے کی صورت میں فوراً آپریشن کی ضرورت پڑتی ہے، کیونکہ پیٹ کے اندر خون بہنے سے جان جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔

حمل کے لیے کوششیں

عام طور پر شادی کے بعد 6 ماہ سے لے کر ایک سال کے عرصے تک عورت حاملہ ہوجاتی ہے، لیکن اگر آپ حمل کے لیے کوشش کرنا چاہیں تو درج ذیل اقدامات کر سکتے ہیں:

① جنسی فعل کی پوزیشن

جنسی فعل (مباشرت) کے لیے ایسی پوزیشن اختیار کریں جس میں مرد کی منی عورت کی اندام نہانی کے اندر زیادہ دور تک پہنچ سکے، مثلاً: سامنے سے (مرد اوپر اور عورت نیچے) یا پیچھے سے اپنے بازوؤں اور ٹانگوں پر گھٹنوں کے بل (اسے ڈوگی پوزیشن) Doggy Position کہتے ہیں۔

② جنسی فعل کے بعد

جنسی فعل کے بعد عورت اپنے کولھے کے نیچے تکیہ رکھ لے یا ٹانگیں اٹھا کر تھوڑی دیر تک لیٹی رہے تاکہ مرد کی منی زیادہ دیر تک جسم کے اندر رہ سکے۔

③ صبح کے وقت جماع

عام طور پر رات کی پرسکون نیند کے بعد مردوں میں جرثوموں کی تعداد میں اضافہ ہو جاتا ہے، اس لیے صبح کے وقت مباشرت کی جائے۔

④ زرخیز دن

زرخیز دن سے مراد وہ عرصہ ہے جس میں حمل ٹھہرنے کے امکانات زیادہ پائے جاتے ہیں، زرخیز دنوں کا اندازہ لگا کر ان دنوں میں ضرور مباشرت کی جائے۔

⑤ فولک ایسڈ کا استعمال

روزانہ ایک گولی (Folic Acid) کا استعمال صحت مند جرثوموں کی پیداوار میں مددگار ثابت ہوسکتا ہے، نیز حمل کے دوران میں فولک ایسڈ کا استعمال پیدا ہونے والے بچے میں چند پیدائشی نقائص سے بچاؤ کا باعث ہوسکتا ہے۔

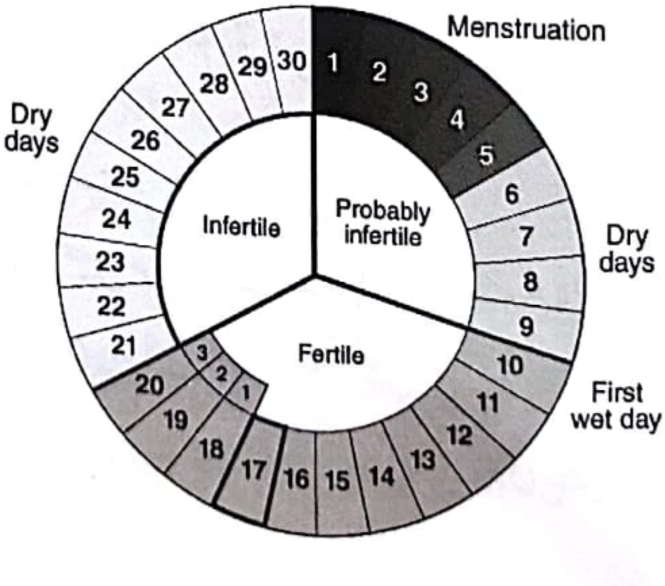
زرخیز دن (Fertile Days)

ایک عورت کے جسم میں دو انڈہ دانیاں ہوتی ہیں جن میں سے ہر ماہ باری باری ایک انڈہ خارج ہوتا ہے پھر یہ انڈہ، انڈہ لے جانے والی نالی (Fallopain Tube) سے گزر کر رحم تک جاتا ہے۔ انڈہ دانی سے انڈہ خارج ہونے سے لے کر رحم تک جانے کا وقت زرخیز وقت کہلاتا ہے۔ ان دنوں میں حمل ٹھہرنے کے امکانات زیادہ پائے جاتے ہیں۔

زرخیز دنوں کی شناخت

عورت کی اندام نہانی سے ہر وقت پانی کا ہلکا سا اخراج ہوتا رہتا ہے جو کبھی کم اور کبھی زیادہ ہوتا ہے۔ جب عورت کے زرخیز دن ہوتے ہیں تو یہ چکناہٹ نما اخراج بڑھ جاتا ہے تاکہ مرد کے جرثومے بآسانی اندر جا کر انڈے سے مل سکیں، اس لیے وقتاً فوقتاً اس اخراج کو انگوٹھے اور انگلی کے درمیان دبا کر چیک کرتی رہیں۔ اگر یہ اخراج بہت شفاف، پھسلواں اور چکناہٹ والا ہو تو ان دنوں مباشرت (جماع) کے نتیجے میں حمل ٹھہرنے کے زیادہ امکانات ہوتے ہیں۔

زرخیز دنوں کا کیلنڈر



موتیوں کی مالا (Cycle beads)

زرخیز دنوں کی شناخت کے لیے موتیوں کی مالا بھی استعمال کی جا سکتی ہے جو خاندانی منصوبہ بندی سینٹر میں بآسانی دستیاب ہے، نیز موتیوں کی مالا آپ گھر میں اسی طرز پر خود بھی بنا سکتی ہیں۔ اس مقصد کے لیے آپ تقریباً 32 موتی اوپر دیے گئے چارٹ کے مطابق لے لیں۔ ماہواری کے لیے سرخ (سات موتی) پھر زرخیز دنوں کے لیے سفید (بارہ موتی) اور غیر زرخیز دنوں کے لیے کالے رنگ کے (تیرہ موتی) ایک لڑی میں پرو لیں اور اپنی ماہواری ختم ہونے کے بعد ہر دن گزرنے کے بعد نشاندہی کے لیے اگلے موتی کے بعد چھوٹی سیفٹی پن یا ایسی ہی کوئی چیز لگا لیں۔

انٹرنیٹ سے ڈاؤن لوڈ کر لیں: (7 موتی) (12 موتی) (13 موتی)

اس کے علاوہ زرخیز دنوں کی شناخت کے لیے موتیوں کی مالا (Cyclebeads) انٹرنیٹ سے اپنے موبائل میں بھی ڈاؤن لوڈ کی جا سکتی ہیں۔ یہ آٹو میٹک ہوتی ہیں، ان میں صرف ماہواری کی تاریخ ڈالنی پڑتی ہے اور ہر دن گزرنے کے بعد اس کی خود بخود نشاندہی ہو جاتی ہے۔

حمل قرآن کی روشنی میں

ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''اے لوگو! اگر تمھیں مرنے کے بعد دوبارہ جی اٹھنے میں شک ہے تو (تمھیں علم ہونا چاہیے کہ) بے شک ہم نے ہی تمھیں مٹی سے پیدا کیا، پھر ایک قطرے سے، پھر جمے ہوئے خون سے، پھر گوشت کی ایک بوٹی سے جس کی پوری شکل

بنی ہوتی ہے یا پوری شکل نہیں بنی ہوتی تا کہ ہم تمھارے لیے (اپنی قدرت و حکمت) واضح کریں اور ہم جس (نطفے) کے متعلق چاہتے ہیں، اسے ایک مقررہ مدت تک رحموں میں ٹھہراتے ہیں، پھر تمھیں ایک بچے کی صورت میں نکالتے ہیں۔ پھر (تمھیں عمر دیتے ہیں) تا کہ تم اپنی جوانی کو پہنچو۔'' (الحج 5:22)

حمل اور اس کے مسائل

آپ کیسے معلوم کر سکتی ہیں کہ آپ حاملہ ہیں؟

حمل ٹھہرنے کی پہلی نشانی ماہواری یا حیض (Menses) کا نہ آنا ہے، لیکن یاد رکھیں کہ ہمیشہ ماہواری رکنے کی وجہ حمل نہیں ہوتا، اس لیے آپ حمل معلوم کرنے کا ٹیسٹ کروا لیں یا کر لیں۔ آج کل حمل معلوم کرنے کے ٹیسٹ میڈیکل سٹوروں پر بآسانی دستیاب ہیں۔ عام طور پر حمل دو طریقوں سے ٹیسٹ کر سکتے ہیں۔

① آپ گھر پر ٹیسٹ کر سکتی ہیں۔
② آپ کسی بھی لیبارٹری یا ڈاکٹر سے رابطہ کر سکتی ہیں۔

گھر پر ٹیسٹ کرنے کے فوائد

آپ چاہے گھر پر ٹیسٹ کریں یا لیبارٹری میں، عام طور پر بنیادی طریقہ کار ایک ہی ہوتا ہے، لیکن گھر پر ٹیسٹ کرنے سے آپ مندرجہ ذیل فوائد حاصل کر سکتی ہیں:

- یہ لیبارٹری کے مقابلے میں سستا پڑتا ہے۔
- آپ لیبارٹری میں آنے جانے کی تکلیف اور خرچے سے بچ سکتی ہیں۔
- گھر پر ٹیسٹ آپ کسی کو بتائے بغیر تنہائی میں کر سکتی ہیں اور ٹیسٹ مثبت نہ ہونے

کی صورت میں ذہنی انتشار سے بچ سکتی ہیں۔

نوٹ

❋ اگرچہ گھر پر ٹیسٹ کرنے کا طریقہ بہت آسان ہے، لیکن پیکٹ پر درج ہدایات غور سے نہ پڑھنے کی صورت میں حمل ٹیسٹ کا نتیجہ غلط بھی ہوسکتا ہے۔

❋ بعض اوقات طریقہ کار پر مکمل طور پر عمل کرنے کے باوجود ٹیسٹ کا نتیجہ غلط ہوسکتا ہے، لیکن ایسا بہت کم ہوتا ہے۔ترقی یافتہ ممالک میں عام طور پر گھریلو طریقہ ہی معروف ہے۔

حمل ٹیسٹ کیا ہے؟

جب حمل ٹھہر جاتا ہے تو عورت کے جسم میں چند مخصوص قسم کے ہارمون پیدا ہو جاتے ہیں۔ یہ ہارمون عورت کے پیشاب میں بھی پائے جاتے ہیں۔حمل ٹیسٹ دراصل انھی ہارمون کی موجودگی یا عدم موجودگی کو ظاہر کرتا ہے۔حمل ٹیسٹ عام طور پر ایک پٹی پر مشتمل ہوتا ہے جسے پیشاب میں ڈبو کر چیک کیا جاتا ہے۔ اس کا مکمل طریقہ کار پیکٹ پر درج ہوتا ہے۔مختلف کمپنیوں کے حمل ٹیسٹ کا طریقہ کار مختلف ہوسکتا ہے، تاہم ان سب کا بنیادی طریقہ کار ایک ہی ہوتا ہے اور یہ نہایت آسان ہے۔

احتیاط

اگر آپ کو حمل کی خواہش ہے اور آپ کو شوگر، بلڈ پریشر یا اسی قسم کا کوئی مرض ہے تو ڈاکٹر سے رابطہ کریں اور اسے اپنے ارادے سے آگاہ کریں تاکہ وہ آپ کے لیے کوئی متبادل اور محفوظ دوائی تجویز کر سکے۔ ہوسکتا ہے کہ وہ آپ کی عمومی صحت کو دیکھتے ہوئے آپ کو حمل سے منع کر دے یا آپ کو دواؤں کے علاوہ مرض کنٹرول کرنے کے دوسرے طریقے بتائے، مثلاً: خوراک میں تبدیلی، سیر اور ہلکی پھلکی ورزش وغیرہ۔

مختلف امراض کی ادویات خاص طور پر بلڈ پریشر کی ادویات کا استعمال حمل کے دوران میں خطرناک ثابت ہوتا ہے اور پیچیدگی کا باعث ہوسکتا ہے۔ خاص طور پر حمل کے شروع کے عرصے میں حمل گرنے اور بچے میں معذوری پیدا ہونے کے زیادہ خطرات ہوتے ہیں۔ چونکہ حمل ٹھہرنے کا کوئی بھی وقت متعین نہیں ہوتا، اس لیے کسی بھی قسم کی ادویات کے استعمال میں احتیاط کرنی چاہیے اور تمام ادویات ڈاکٹر کے مشورے ہی سے استعمال کرنی چاہئیں۔

حمل کی چند اہم نشانیاں

حمل کی چند بنیادی نشانیاں حسب ذیل ہیں جنھیں دیکھ کر آپ اندازہ لگا سکتی ہیں کہ آپ حاملہ ہیں، مثلاً:

- حیض نہ آنا۔
- بار بار پیشاب کی حاجت محسوس کرنا۔ یہ نشانی اس وقت ظاہر ہوتی ہے جب جنین (Embryo) بچہ دانی میں اپنی جگہ بنا لیتا ہے۔
- تھکاوٹ، یہ حمل کی سب سے پہلی نشانی ہے۔ یہ ایک ہارمون (Progesterone) کی جسم میں بہت زیادہ مقدار میں موجودگی کی وجہ سے ہوتی ہے۔
- صبح یا شام کے وقت متلی آنا اور کمزوری محسوس ہونا۔
- پستان کا سوجنا اور سخت ہو جانا۔

متوقع تاریخ پیدائش (EDD) معلوم کرنے کا طریقہ

اس طریقے سے آپ بالکل درست تاریخ پیدائش تو معلوم نہیں کر سکتیں کیونکہ ہر بچے کی پیدائش کی تاریخ اللہ تعالیٰ کی طرف سے متعین ہوتی ہے، لیکن آپ اپنے بچے کی

پیدائش کا اندازہ لگا سکتی ہیں جسے Expected Date of Dilivery یا EDD کہا جاتا ہے۔ بچہ اس طریقے سے حاصل شدہ تاریخ سے ایک ہفتہ پہلے یا بعد میں بھی پیدا ہوسکتا ہے۔

حمل کا کیلنڈر

حمل کا عرصہ آپ کی آخری ماہواری شروع ہونے کے بعد 40 ہفتوں پر مشتمل ہوتا ہے۔ آپ EDD معلوم کرنے کے لیے ایک کیلنڈر بھی بنا سکتی ہیں۔ اس کیلنڈر کے ذریعے آپ یہ بھی معلوم کرسکتی ہیں کہ اب بچہ حمل کے کون سے مرحلے میں ہے اور اس مرحلے میں آپ کو کن کن مسائل کا سامنا ہوسکتا ہے، نیز کون کون سی احتیاط درکار ہے۔

مثال کے طور پر حمل گرنے کے خطرات عموماً حمل کے پہلے تین ماہ میں بہت زیادہ ہوتے ہیں، اس لیے ان مہینوں میں احتیاط کی بہت زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔

حمل کا کیلنڈر بنانے کا طریقہ

حمل کا کیلنڈر بنانے کے لیے آپ کو تاریخ کے علاوہ دن بھی نوٹ کرنا ہوگا تاکہ آپ آسانی سے مہینے گن سکیں۔ مثال کے طور پر اگر آپ کی آخری ماہواری شروع ہونے کی تاریخ 6 جنوری ہے اور دن جمعہ بنتا ہے تو اگلے جمعے کے دن ایک ہفتہ ہو جائے گا، اسی طرح چار جمعے، یعنی چار ہفتے ملا کر ایک مہینہ ہو جائے گا۔

مزید یہ کہ آپ کو یہ نہیں دیکھنا کہ آپ کی ماہواری کی تاریخ 6 جنوری ہے تو اگلے مہینے کی 6 تاریخ کو ایک مہینہ ہوگا کیونکہ سال کے ہر مہینے کے دن مختلف ہوتے ہیں۔ ایک مہینہ 30 دنوں کا ہے تو دوسرا 31 دنوں کا۔ نارمل حیض کا دور (Menses Cycle) 28 دنوں پر مشتمل ہوتا ہے۔

حمل کا کیلنڈر

ملاپ 1 مہینہ =4 ہفتے =28 دن ماہواری کے شروع ہونے کی تاریخ

پہلا ماہ	(4-0) ہفتے
دوسرا ماہ	(8-5) ہفتے
تیسرا ماہ	(12-9) ہفتے
چوتھا ماہ	(16-13) ہفتے
پانچواں ماہ	(20-17) ہفتے
چھٹا ماہ	(24-21) ہفتے
ساتواں ماہ	(28-25) ہفتے
آٹھواں ماہ	(32-29) ہفتے
نواں ماہ	(36-33) ہفتے
دسواں ماہ	(40-37) ہفتے

پیدائش

یہ آخری حاصل شدہ تاریخ ہی متوقع تاریخ پیدائش ہے۔اس میں ایک ہفتے کی کمی بیشی ہوسکتی ہے۔

بچے کی جنس

بیٹا ہوگا یا بیٹی

بچے کی جنس کا تعین مرد کا جرثومہ (Sperm) کرتا ہے۔ مرد کا جرثومہ X اور Y

زچہ بچہ مرکز صحت

حکومت نے زچہ بچہ مرکز صحت مختلف شہروں میں قائم کر رکھے ہیں جن کا بنیادی مقصد ماں اور بچے کی صحت و تندرستی کو یقینی بنانا ہے۔ آپ کو جیسے ہی معلوم ہو کہ آپ حاملہ ہیں تو فوراً اپنے شہر کے قریبی ہیلتھ سینٹر سے رابطہ کریں۔ پہلی وزٹ پر آپ کو ایک کارڈ جاری کیا جائے گا جس میں آپ کی آئندہ ہونے والی ہر وزٹ کی تفصیلات درج کی جائیں گی۔ آپ کا بلڈ پریشر، وزن اور چند مزید ضروری چیزیں چیک کی جائیں گی۔

آپ کے ماہانہ وزن میں بہت زیادہ یا بہت کم اضافہ کسی پیچیدگی کا پیش خیمہ ہو سکتا ہے۔ کسی بھی قسم کی سوجن پر خصوصی نظر رکھیں، نیز آپ کو چاہیے کہ آپ ہر ماہ باقاعدگی سے یا پورے حمل کے دوران میں کم از کم تین مرتبہ، یعنی 24،12 اور 36 ہفتوں کے بعد اپنا طبی معاینہ ضرور کرائیں تاکہ کسی بھی قسم کے مسئلے کی صورت میں بروقت علاج ہو سکے۔ اس کے علاوہ تشنج (Tetanus) سے بچاؤ کے ٹیکے بھی ضرور لگوالیں تاکہ آپ اور آپ کا بچہ تشنج سے محفوظ رہیں۔

خاص احتیاط

دوران حمل درج ذیل صورت حال میں خصوصی احتیاط کی ضرورت ہے:

- آپ کو لمبے دورانیے کی یا کوئی مستقل بیماری لاحق ہے، مثلاً: ذیابیطس (شوگر)، بلڈ پریشر کی بے قاعدگی، دمہ اور ڈپریشن وغیرہ۔
- آپ کے ہاں جڑواں بچوں کی پیدائش متوقع ہے۔
- آپ کی عمر 18 سال سے کم یا 35 سال سے زیادہ ہے اور آپ پہلے بچے کی ماں

بننے والی ہیں۔

- آپ کا بلڈ پریشر زیادہ ہے۔
- آپ کو خارش ہے اور آپ کی جلد پیلی ہے۔
- آپ کی اندام نہانی (Vagina) میں سوجن (انفیکشن) ہے۔
- آپ حمل کے ابتدائی مراحل میں خسرے کا شکار ہو گئی ہیں۔

کام کرنے والی خواتین کے لیے احتیاط

کام کرنے والی خواتین کو حمل کے دوران میں خاص احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔

- جو خواتین سکول میں پڑھاتی ہیں یا ڈاکٹر یا نرس ہیں، انھیں اس بات کا خاص خیال رکھنا چاہیے کہ انھیں سکول میں کسی بچے یا ہسپتال میں کسی مریض سے کوئی وبائی بیماری لگ سکتی ہے، اس لیے انھیں خاص احتیاط کی ضرورت ہے کیونکہ حمل کے دوران میں بہت کم ادویات استعمال کرنی ہوتی ہیں۔
- وہ خواتین جو لیبارٹری میں کام کرتی ہیں، انھیں اس بات کا خیال رکھنا چاہیے کہ بہت سے کیمیکل ان کی اور ان کے بچے کی صحت اور زندگی کے لیے خطرناک ہیں، مثلاً:

Lead, Mercury, Anaesthetic gases, Organic solvents, Cytostatic agents, Carbon monoxide etc.

(سیسہ، پارہ، بے ہوش کرنے والی گیسیں، نامیاتی محللات، رسولیوں کی پیدائش روکنے والے کیمیکل، کاربن مونو آکسائیڈ وغیرہ)

نیز حمل کے دوران میں ان کاموں سے بچنا چاہیے جن میں شعاعیں Radiations اور X-Rays شامل ہوں، کیونکہ یہ آپ کے بچے کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتے ہیں۔

❋ اگر آپ کے گھر میں کوئی پالتو جانور، مثلاً: بھیڑ، بکری اور بلی وغیرہ ہے تو آپ کو اس بات کا دھیان رکھنا چاہیے کہ آپ کو جانوروں سے بھی کوئی بیماری لگ سکتی ہے۔

❋ حاملہ خواتین حمل کے دوران میں ملیریا سے بچاؤ کے لیے خصوصی احتیاط کریں۔ مچھر اپنے شکار کا پتہ سانس سے لگاتے ہیں۔ حاملہ عورت کے سانس کی رفتار غیر حاملہ عورت کے مقابلے میں زیادہ ہوتی ہے۔ یوں حاملہ خواتین کے گرد غیر حاملہ خواتین کی بہ نسبت دگنے مچھر منڈلاتے ہیں۔ ملیریا حاملہ خواتین کے اسقاط حمل اور مردہ بچوں کی پیدائش کا باعث بن سکتا ہے۔

معذور خواتین اور حمل

معذور خواتین خاص طور پر وہ خواتین جن کی ٹانگوں میں حس موجود نہ ہو یا ان کو چلنے پھرنے میں دشواری پیش آتی ہو، وہ حمل یا زچگی میں مختلف مسائل کا شکار ہوسکتی ہیں، اس لیے ایسی خواتین کو خصوصی احتیاط کی ضرورت ہے۔

❋ حمل کے دوران میں قبض عام شکایت ہے، اس لیے قبض سے بچاؤ کی تدابیر اختیار کریں۔

❋ ہوسکتا ہے کہ زچگی کے دوران میں آپ درد کی ٹیسیں محسوس نہ کریں، اس لیے اپنے پیٹ کے سکڑنے اور پھیلنے سے ٹیسوں کے وقفے کا اندازہ لگائیں۔

دوران حمل ادویات کا استعمال

دوران حمل بظاہر بے ضرر نظر آنے والی عام استعمال کی ادویات بھی بچے کی جان کے لیے خطرناک ثابت ہوسکتی ہیں کیونکہ بہت سی ادویات ماں کے خون کے ذریعے سے بچے تک منتقل ہوتی ہیں، اس لیے ڈاکٹر حضرات حمل کے دوران میں بہت کم ادویات کے استعمال کا مشورہ دیتے ہیں۔

خاص طور پر حمل کے ابتدائی تین ماہ میں چونکہ حمل گرنے کے خطرات بہت زیادہ ہوتے ہیں، نیز بچے کا دل، اعصابی نظام اور اعضائے مخصوصہ بننے کا عمل شروع ہو چکا ہوتا ہے، اس لیے بعض ادویات کا استعمال بچوں میں پیدائشی نقص کا باعث بنتا ہے، مثلاً: دل میں سوراخ ہونا، کٹے ہوئے ہونٹ، پیدائشی بہرہ پن یا اندھا پن اور ہاتھ کی انگلیوں کا کم یا زیادہ ہونا وغیرہ، اس لیے عام بیماریوں، مثلاً: نزلہ زکام اور بخار وغیرہ کے لیے بھی کسی قسم کی دوا بذات خود کھانے کے بجائے ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ کسی بھی ضرورت کے تحت اگر ڈاکٹر کے پاس جانا پڑے تو اسے ضرور بتائیں کہ آپ حاملہ ہیں۔ اگر آپ نے ابھی تک حمل ٹیسٹ نہیں کیا تو بھی احتیاطاً اس وقت تک کسی قسم کی دوا کھانے سے پرہیز کریں جب تک آپ ٹیسٹ نہ کر لیں یا جب تک آپ کی ماہواری شروع نہ ہو جائے۔

دوران حمل ازدواجی تعلقات

جسمانی تعلقات اور پرہیز

حمل کے دوران میں آپ ازدواجی تعلقات جاری رکھ سکتی ہیں۔ ہاں اگر ڈاکٹر نے آپ کو کسی وجہ سے منع کر رکھا ہے تو پرہیز کریں۔ حمل کے دوسرے اور تیسرے ماہ میں آپ اپنی ماہواری کے معمول کی تاریخوں میں ازدواجی تعلقات سے پرہیز کریں کیونکہ ان دنوں میں حمل گرنے کے خطرات عام دنوں کی بہ نسبت زیادہ ہوتے ہیں۔

عام طور پر حمل کے شروع کے چند ماہ میں خواتین بہت زیادہ تھکاوٹ اور کمزوری محسوس کرتی ہیں جس کی وجہ سے وہ ازدواجی تعلقات کی خواہش نہیں رکھتیں۔ حمل کے دوران میں ازدواجی تعلقات اس لحاظ سے اچھا تجربہ ہوتا ہے کہ آپ کو کسی بھی قسم کی

احتیاطی گولیاں اور ٹیکے وغیرہ استعمال نہیں کرنے پڑتے۔

حمل کے آخری مہینوں میں بچے کی صحت پر ازدواجی تعلقات کا کوئی اثر نہیں پڑتا۔ اگر آپ محسوس کریں تو جب تک چاہیں ازدواجی تعلقات جاری رکھ سکتی ہیں حتیٰ کہ آخری ماہ میں بھی۔ بعض خواتین کو حمل کے آخری چند ماہ میں ازدواجی تعلق کے دوران میں یا اس کے بعد اندام نہانی (Vagina) میں یا اس کے آس پاس درد محسوس ہوتا ہے۔ اس میں پریشان ہونے کی ضرورت نہیں۔ یہ نارمل بات ہے، ایسی صورت حال میں بہتر ہے کہ آپ طویل وقفے سے مباشرت (جماع) کریں۔

بعض خواتین جن کے ہاں چھوٹے آپریشن سے بچہ ہوا ہو، انھیں زخم ٹھیک ہونے کے باوجود شروع شروع میں ازدواجی تعلق قائم کرنے کے دوران میں درد محسوس ہوسکتا ہے، لیکن پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، ایسی صورت حال بہت جلد ٹھیک ہو جاتی ہے۔

ازدواجی تعلقات کی ممانعت یا احتیاط

آپ کی ڈاکٹر مناسب سمجھے تو وہ آپ کی اور آپ کے بچے کی صحت کے لیے آپ کو ازدواجی تعلق (مجامعت) سے منع بھی کر سکتی ہے، لیکن ایسا بہت کم صورتوں میں ہوتا ہے۔ اگر آپ کے ساتھ درج ذیل مسائل ہیں تو آپ کو خصوصی احتیاط کی ضرورت ہے:

- اس حمل سے پہلے آپ کا حمل گر چکا ہو۔
- آپ کے ہاں وقت سے پہلے بچے کی پیدائش ہو چکی ہو۔
- آپ کو بغیر کسی وجہ کے اندام نہانی سے خون یا گندا مادہ آئے۔
- آپ کی بچہ دانی کا منہ ڈھیلا ہو۔

حمل گرنا

ضائع ہونے والے 80 فیصد حمل عام طور پر ابتدائی تین ماہ کے دوران ضائع ہوتے ہیں۔ عام طور پر حمل اس صورت میں گرتا ہے جب بچہ ماں کے پیٹ میں صحیح طرح سے نشو ونما نہ پا رہا ہو یا بچے کو خوراک پہنچانے والی نالی ماں کے پیٹ میں صحیح طرح سے جڑی ہوئی نہ ہو۔ بہت سے کیسوں میں حمل گرنے کی وجہ معلوم نہیں ہوتی۔ درج ذیل وجوہات عام طور پر حمل گرنے کا باعث بنتی ہیں۔

① پیدائشی نقص

بعض اوقات مردانہ جرثومے اور نسوانی انڈے کے ملاپ کے بعد بچے میں کوئی نقص پیدا ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے بچہ ناقص (Abnormal) پیدا ہوتا ہے۔ حمل گرنا قدرت کا معذور بچے کی پیدائش کو روکنے کا ایک نظام ہے، اس لیے آپ کو اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ اس نے آپ کو بہت بڑی پریشانی سے بچا لیا۔ ایک دفعہ حمل گرنے کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کے آیندہ ہونے والے حمل بھی ضرور گریں گے۔

② ہارمونوں کا نامناسب مقدار میں پیدا ہونا

بعض اوقات حمل کے دوران میں تمام ضروری ہارمون مناسب مقدار میں پیدا نہیں ہوتے۔ ان ہارمونوں کی کمی حمل گرنے کا باعث بنتی ہے، اس کا علاج ممکن ہے۔ ڈاکٹر حضرات عموماً یہ تمام ہارمون دواؤں کے ذریعے مصنوعی طور پر فراہم کردیتے ہیں۔ یوں ہارمون کی کمی دور ہو جاتی ہے۔

③ ماں اور باپ کے خون کے گروپ میں اختلاف

اگر ماں اور باپ کے خون کا گروپ مختلف ہو تو بچہ باپ کا بلڈ گروپ بھی لے سکتا ہے۔ اس طرح ماں اور بچے کا بلڈ گروپ مختلف ہو جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے پیچیدگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے، لیکن اس مسئلے کا علاج موجود ہے۔

④ مستقل بیماری

اگر ماں کو کئی برسوں سے کوئی بیماری ہے، مثلاً: شوگر، دل کی بیماری، گردوں کی بیماری اور بلڈ پریشر وغیرہ تو بھی حمل گرنے کے خطرات زیادہ ہوتے ہیں۔

⑤ بچہ دانی کے منہ کا ڈھیلا ہونا (Incompetent Cervix)

بعض اوقات بچہ دانی کا منہ بہت ڈھیلا ہوتا ہے اور بچے کے بڑھتے ہوئے وزن کے دباؤ کی وجہ سے حمل کے درمیانی عرصے میں بغیر کسی درد اور لہروں کے خود بخود کھلنا شروع ہو جاتا ہے اور آخر کار حمل گرنے کا باعث ہوتا ہے۔ ایسی صورت میں بچہ دانی کے منہ کو ٹانکے لگا کر بند کر دیا جاتا ہے اور عورت کو مکمل بیڈ ریسٹ کروایا جاتا ہے تاکہ حمل گر نہ پائے۔

⑥ بچے کی تھیلی کا بہت نیچے ہونا (Low Placenta)

بعض اوقات بچے کی تھیلی بہت نیچے بالکل بچہ دانی کے منہ پر ہوتی ہے جس کی وجہ سے بچے کا دباؤ بچہ دانی کے منہ پر پڑتا ہے اور حمل گرنے کا باعث ہو سکتا ہے۔

⑦ ادویات کا استعمال

حمل کے دوران میں بعض ادویات کا استعمال بچے کی جان کے لیے خطرناک ثابت

ہوتا ہے اور حمل گرنے کا باعث ہوتا ہے، مثلاً: بلڈ پریشر اور چہرے کے کیل مہاسوں کے لیے استعمال ہونے والی ادویات (Accutane) اور (Isotretinoin)۔ یہ ادویات حمل کے دوران بہت خطرناک ثابت ہوتی ہیں اور اگر حمل نہ بھی گر پائے تو پیدا ہونے والے بچے میں پیدائشی نقائص اور معذوری پائی جائے گی۔

حمل گرنے سے بچاؤ

حمل کو گرنے سے بچانے کے لیے سب سے اہم بات یہ ہے کہ ہر ماہ باقاعدگی سے مکمل طبی معاینہ کرایا جائے۔ اگر آپ کوئی بھی غیر معمولی چیز محسوس کریں تو فوراً ڈاکٹر سے رجوع کریں کیونکہ بروقت اقدامات کرکے بچے کی جان بچائی جاسکتی ہے۔ حمل گرنے کے خطرات عام طور پر پہلے تین ماہ کے ابتدائی دنوں میں ہوتے ہیں، اس لیے ان دنوں میں خاص احتیاط کی ضرورت ہے۔ بہتر ہے کہ تیسرے مہینے (10 ویں ہفتے میں) الٹرا ساؤنڈ کروالیا جائے تاکہ اگر کوئی پیچیدگی ہو تو سامنے آ جائے اور وقت سے پہلے ہی علاج ہو جائے۔ شروع میں علاج کرنا نسبتاً آسان ہوتا ہے۔

ڈاکٹر سے رابطہ کریں

اگر آپ درج ذیل علامات میں سے کوئی ایک یا تمام علامات محسوس کریں تو فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کریں:

- پیٹ میں کھچاؤ محسوس ہو اور اندام نہانی سے خون آئے۔
- خون کے ساتھ بڑے سائز کی گٹھلیاں بھی آئیں۔
- پٹھوں میں بہت زیادہ کھچاؤ محسوس ہو یا کھچاؤ دو دن یا اس سے بھی زیادہ عرصے تک رہے۔

- اندام نہانی سے کوئی بدبودار مادہ نکلے۔
- 100.4F یا اس سے زیادہ بخار ہو۔

حمل گرنے کے بعد

- حمل گرنے کے بعد آپ دو دنوں تک پیٹ میں حیض جیسا درد محسوس کر سکتی ہیں، لیکن خون میں لوتھڑے وغیرہ زیادہ ہوتے ہیں۔
- آپ چھاتیوں میں بے آرامی (بے سکونی) بھی محسوس کر سکتی ہیں۔
- عام طور پر حمل گرنے کے کچھ ہی دیر بعد قدرتی طریقے سے پیٹ کی صفائی ہو جاتی ہے، لیکن کبھی کبھار بچے کے جسم کا کچھ حصہ پیٹ کے اندر بھی رہ جاتا ہے جو پیٹ میں انفیکشن کا باعث ہو سکتا ہے، اس لیے پیٹ کی صفائی (DNC) بھی کرنی پڑتی ہے۔

ضروری بات

اگر آپ بہت شدید درد محسوس کریں یا دو دن گزرنے کے بعد بھی درد رہے اور ساتھ ساتھ بخار اور بدبودار اخراج بھی ہو تو اس کا مطلب ہے کہ حمل کی باقیات ابھی آپ کے جسم میں موجود ہیں۔ ایسی صورت میں (DNC) کروانا بہت ضروری ہے، ورنہ اتنا زیادہ خون کا اخراج ہو سکتا ہے کہ خون کی کمی سے آپ کی جان بھی جا سکتی ہے، اس لیے فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔

حمل گرنے کے بارے میں اسلامی احکام

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ”تمھاری پیدائش کی تیاری تمھاری ماں کے پیٹ میں چالیس دن تک نطفے کی صورت میں کی جاتی ہے۔ پھر اتنی مدت (چالیس دن) کے لیے

وہ علَقہ (جونک کی طرح رحم کی دیوار کے ساتھ چپکا ہوا) رہتا ہے، پھر وہ اتنے ہی (چالیس) دنوں تک ایک مضغہ (گوشت کے لوتھڑے کی صورت میں) رہتا ہے، اس کے بعد اللہ تعالیٰ ایک فرشتہ بھیجتا ہے اور اسے چار باتوں کے لکھنے کا حکم دیتا ہے۔ اسے کہا جاتا ہے کہ اس کا عمل، اس کا رزق، اس کی مدت زندگی اور اس کا بد یا نیک ہونا لکھ لے۔ پھر اس میں روح ڈالی جاتی ہے۔'' (صحيح البخاري، حديث : 3208)

یعنی بچہ ماں کے پیٹ میں چالیس دنوں تک نطفے کی شکل میں رہتا ہے، پھر اس کے بعد اس کی شکل وصورت جمے ہوئے خون کی سی بن جاتی ہے جسے علقہ کہتے ہیں، پھر اس کے بعد، یعنی حمل کے 80 دن بعد وہ گوشت کا لوتھڑا بن جاتا ہے، پھر اس کے بعد، یعنی حمل کے 120 دن بعد اس لوتھڑے میں روح پھونک دی جاتی ہے۔ علماء کے مطابق حمل ٹھہرنے کے 81 دن بعد بچے کی شکل وصورت واضح ہو جاتی ہے، اس لیے اگر حمل ٹھہرنے کے 81 دن بعد حمل گرے تو یہ نفاس ہوگا ورنہ استحاضہ شمار ہوگا۔

امام ابن قدامہ رحمہ اللہ نے فرمایا: امام احمد رحمہ اللہ کے مطابق جب ایک عورت ایسی چیز نکالنے کے بعد خون دیکھے جس کی شکل وصورت واضح ہو تو یہ خونِ نفاس شمار ہوگا۔ لیکن اگر وہ نطفہ یا جما ہوا خون خارج کرے تو یہ خونِ نفاس شمار نہیں ہوگا۔ (المغني :1/211)

شیخ عبداللہ بن عبدالعزیز ابن باز کا فتویٰ

جب حاملہ عورت ایسا ناقص بچہ جنے جس کی شکل وصورت بن چکی ہو، یعنی سر، ہاتھ اور پاؤں نمایاں ہوں اور اس کے فوراً بعد اسے خون آئے تو وہ نفاس کا خون شمار ہوگا اور اس پر نفاس کے احکام لاگو ہوں گے، یعنی جب تک وہ پاک نہ ہو جائے یا چالیس دن نہ گزر جائیں وہ نماز، روزہ اور خاوند سے ازدواجی تعلق (مجامعت) سے

پرہیز کرے گی۔ اور اگر عورت کا رحم (بچے کی بجائے) گوشت یا خون کا لوتھڑا باہر نکال دے جس میں بچے کی تخلیق اور اس کی شکل وصورت واضح نہ ہو تو اس کے بعد رحم سے خارج ہونے والا خون حیض کے بجائے استحاضہ شمار ہوگا۔ وہ نماز پڑھے گی اور رمضان کے روزے رکھے گی اور خاوند سے جسمانی تعلق اس کے لیے حلال ہوگا کیونکہ علماء کے مطابق ایسی عورت مستحاضہ کے حکم میں ہے۔ (فتاوى إسلامية :1/324)

جس کا حمل گر جائے اس کے لیے اجر

سیدنا معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ”قسم اس ذات کی جس کے ہاتھ میں میری جان ہے! نا تمام بچہ اپنی ماں کو آنول کے ذریعے سے کھینچ کر جنت میں لے جائے گا جبکہ اس نے اس پر صبر کیا ہو۔“ (سنن ابن ماجه، حديث : 1609)

ابوحسان رحمہ اللہ نے سیدنا ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے کہا: میرے دو بچے فوت ہو گئے ہیں، آپ ہمیں رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی کون سی حدیث سنا سکتے ہیں جس سے آپ ہمارے فوت شدگان کے متعلق ہمارے دلوں کو تسلی دلا سکیں؟ ابوہریرہ رضی اللہ عنہ نے کہا: (رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:) ”چھوٹے بچے جنت کے پانی کے کیڑے ہیں، یعنی جنت سے جدا نہ ہوں گے جیسے پانی کا کیڑا پانی سے جدا نہیں ہوتا۔ وہ اپنے باپ سے یا ماں باپ دونوں سے ملیں گے اور ان کا کپڑا یا ہاتھ پکڑیں گے، جیسے میں اس وقت تیرے کپڑے کا کنارہ پکڑے ہوئے ہوں، پھر اس وقت تک نہیں چھوڑیں گے یہاں تک کہ اللہ تعالیٰ ان کو اور ان کے باپوں کو جنت میں داخل کر دے گا۔“ (صحيح مسلم، حديث : 2635)

ارشاد نبوی صلی اللہ علیہ وسلم ہے: ”جب کسی آدمی کا بچہ فوت ہو جاتا ہے تو اللہ تعالیٰ فرشتوں سے فرماتا ہے: تم نے میرے بندے کے بچے کی روح قبض کی؟ وہ عرض کرتے ہیں:

جی ہاں۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے: تم نے اس کے دل کا پھل (ٹکڑا) قبض کیا؟ وہ عرض کرتے ہیں: جی ہاں، پھر اللہ تعالیٰ پوچھتے ہیں: میرے بندے نے کیا کہا؟ فرشتے عرض کرتے ہیں: اس نے تیری تعریف کی اور إِنَّا لِلّٰهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ پڑھا۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں: میرے بندے کے لیے جنت میں ایک گھر بناؤ اور اس کا نام بیت الحمد (تعریف کا گھر) رکھو۔" (جامع الترمذي، حديث: 1021)

ناتمام بچے کی نماز جنازہ

بہت سے لوگ حمل گرنے کے بعد نامکمل بچے کو ہسپتالوں میں چھوڑ جاتے ہیں یا کوڑے کے ڈھیر پر پھینک دیتے ہیں جو ایک نہایت غلط بات ہے۔ اسلام انسان کو مرنے کے بعد بھی عزت واحترام دیتا ہے اور اسے پھینکنے یا جلانے کے بجائے عزت و احترام کے ساتھ دفنانے کی تلقین کرتا ہے۔ اگر بچہ بہت چھوٹا ہے تو اسے صاف ستھرے سفید کپڑے میں لپیٹ کر زمین میں دفن کر دیا جائے، لیکن اگر بچے کی عمر چار ماہ دس دن یا اس سے زیادہ ہو تو اس کی باقاعدہ نماز جنازہ پڑھائی جائے۔ سیدنا مغیرہ بن شعبہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا:

"جو بچہ ناقص پیدا ہو، یعنی حمل ضائع ہو جائے اس کی نماز جنازہ پڑھی جائے اور اس کے والدین کے لیے مغفرت اور رحمت کی دعا کی جائے۔" (سنن أبي داود، حديث: 3180)

نفاس (Puerperium)

بچے کی پیدائش کے بعد آپ کو بہت زیادہ آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ آرام کا

عرصہ عام طور پر سوا مہینہ (40 دن) ہوتا ہے۔ اس عرصے میں بچہ دانی اپنی اصلی حالت میں واپس آ جاتی ہے۔ بچے کی پیدائش کے فوراً بعد اندام نہانی سے ماہواری کی طرح خون جاری ہو جائے گا جسے نفاس کہتے ہیں۔تقریباً دو ہفتے بعد خون کا رنگ تھوڑا سا زرد ہو جائے گا اور اس کی مقدار تھوڑی کم ہو جائے گی۔ اگر بہت زیادہ خون آئے یا بہت گندی بو آئے تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کو انفیکشن ہوسکتا ہے۔

جتنا جلد ممکن ہو چلنا پھرنا شروع کر دیں اور مسلسل بستر پر پڑے رہنے سے پرہیز کریں۔ چلنے پھرنے سے دورانِ خون تیز ہوتا ہے۔ وہ خواتین جن کے ہاں بچے کی پیدائش چھوٹے آپریشن سے ہوئی ہو، وہ عام طور پر بیٹھنے میں بہت تکلیف محسوس کرتی ہیں۔ اگر زخم کو روزانہ گرم پانی سے دھویا جائے تو وہ جلدی ٹھیک ہو جاتا ہے۔

زخم کی ٹکور اور اسے جراثیم سے پاک کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ بڑی پرات یا ٹب میں نیم گرم پانی ڈالیں۔ اس میں چند قطرے پائیوڈین ڈال دیں۔ اب اس میں تقریبا پانچ منٹ کے لیے بیٹھ جائیں۔ اس طرح خود بخود زخم والی جگہ کی صفائی ہو جائے گی۔ اپنی شرمگاہ کو صاف ستھرا رکھیں کیونکہ صفائی نہ ہونے کی وجہ سے زخم پر انفیکشن ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔کوشش کریں کہ بچے کی پیدائش کے بعد روزانہ نہائیں۔اس سے آپ خود کو تر و تازہ محسوس کریں گی اور جلدی ٹھیک ہو جائیں گی۔

نفاس کے احکام

بچے کی پیدائش کے بعد آنے والے خون کو نفاس کہا جاتا ہے جس کی مدت قرآن و حدیث کی رو سے چالیس دن ہے۔ اس عرصے میں عورت کو نماز، روزہ اور شوہر سے

ازدواجی تعلقات منع ہیں، نیز حیض اور نفاس کا حکم ایک ہی ہے، صرف مدت کا فرق ہے۔

سیدہ ام سلمہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانے میں نفاس والی عورت چالیس دن بیٹھی رہتی تھی۔ (سنن ابن ماجه، حديث : 648)

بعض خواتین کو کچھ دنوں بعد خون آنا بند ہو جاتا ہے اور بعض کو چالیس دنوں کے بعد بھی خون جاری رہ سکتا ہے۔ جن خواتین کو کچھ عرصے بعد خون آنا بند ہو جائے وہ چالیس دن ختم ہونے کا انتظار نہ کریں بلکہ غسل کر کے پاکیزگی حاصل کریں، کیونکہ یہ نفاس کی آخری حد ہے اور اگر چالیس دنوں کے بعد بھی خون جاری رہے تو چالیسویں دن خون آنے کے باوجود غسل کر کے پاکیزگی حاصل کی جائے اور نماز روزہ شروع کیا جائے، نیز خاوند سے ازدواجی تعلقات بھی قائم کیے جا سکتے ہیں۔

امام ترمذی رحمہ اللہ فرماتے ہیں: صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اور ان کے بعد کے اہل علم کا اس پر اجماع ہے کہ نفاس والی عورت چالیس روز تک نماز ادا نہ کرے۔ ہاں اگر اس مدت سے پہلے اس کا خونِ نفاس بند ہو جائے اور اسے اپنی طہارت کا یقین ہو جائے تو غسل کر کے نماز ادا کرے۔ (جامع الترمذي، تحت حديث : 139)

بعض خواتین کو بچے کی پیدائش کے کچھ عرصے بعد خون آنا بند ہو جاتا ہے اور پاکیزگی حاصل کرنے کے کچھ عرصے بعد دوبارہ خون آنا شروع ہو جاتا ہے۔ اگر آنے والا خون نفاس کی مدت، یعنی چالیس دنوں کے اندر ہو تو یہ خون بھی نفاس شمار ہوگا۔

نماز اور روزوں کی قضا

نفاس کے دوران چھوڑی گئی نمازوں کی کوئی قضا نہیں، لیکن روزوں کی قضا دینی ہوگی۔ واضح رہے کہ حیض اور نفاس کا حکم ایک ہی ہے، صرف مدت کا فرق ہے۔

سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ ہم عورتوں کو حیض آتا تو روزوں کی قضا کا حکم ہوتا تھا اور نماز کی قضا کا حکم نہیں دیا جاتا تھا۔(صحيح مسلم، حديث :335)

اگر کوئی عورت فوت ہو جائے اور اس کے ذمے فرضی روزے ہوں تو اس کا وارث ان روزوں کی قضا دے گا۔ سیدہ عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جو شخص فوت ہو جائے اور اس کے ذمے روزے ہوں تو اس کی طرف سے اس کا وارث روزے رکھے گا۔(صحيح البخاري، حديث : 1952)

باب پنجم

خاندانی منصوبہ بندی (Family Planning)

سیدنا ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''منی (مادۂ حیات) کے ہر قطرے سے بچہ پیدا نہیں ہوتا اور جب اللہ تعالیٰ کسی چیز کو پیدا کرنے کا ارادہ کرتا ہے تو اسے کوئی چیز روک نہیں سکتی۔'' (صحیح مسلم، حدیث: 1438)

یہ قدرتی نظام ہے کہ جو مائیں دودھ پلاتی ہیں، انھیں کچھ عرصے تک ماہواری شروع نہیں ہوتی جس کی وجہ سے خود بخود فیملی پلاننگ ہو جاتی ہے، لیکن یہ ضروری نہیں کہ ہر ماں کے ساتھ ایسا ہو۔ بعض اوقات چند خواتین ماہواری شروع ہونے سے پہلے بھی حاملہ ہو جاتی ہیں، تاہم ایسا بہت کم ہوتا ہے۔

ماں اور بچے دونوں کی صحت کے لیے بہت ضروری ہے کہ آپ کے موجودہ بچے اور آیندہ آنے والے بچے کے درمیان کم از کم دو سال کا وقفہ ہو۔ اگر فیملی پلاننگ اس وجہ سے کی جائے کہ کثرت اولاد سے رزق کے مسائل پیدا ہوں گے اور زندگی اچھی نہیں ہوگی تو یہ قطعاً حرام ہے، لیکن اگر بچوں کی مناسب تعلیم و تربیت نہ کر پانے کا خدشہ ہو یا ماں اور بچے کی صحت یا دو سال دودھ کی مدت پوری کرنے کے لیے عارضی طور پر خاندانی منصوبہ بندی کی جائے تو اس میں کوئی حرج نہیں۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''اور اپنی اولاد کو مفلسی کے ڈر سے قتل نہ کرو ہم تمھیں بھی رزق دیتے ہیں اور ان کو بھی۔'' (الأنعام 151:6)

نبی ﷺ نے فرمایا: ''رحم مادر میں اللہ تعالیٰ نے ایک فرشتہ مقرر کیا ہے، وہ کہتا ہے: میرے رب! اب یہ نطفہ ہے۔ میرے رب! اب یہ علقہ (جما ہوا خون) ہوگیا ہے۔ میرے رب! اب یہ مضغہ (خون کا لوتھڑا) ہے، پھر اللہ تعالیٰ جب چاہتا ہے کہ اس کی خلقت پوری کرے تو فرشتہ کہتا ہے: میرے رب! مذکر یا مؤنث؟ بدبخت یا نیک بخت؟ روزی کتنی اور عمر کتنی ہوگی، چنانچہ ماں کے پیٹ ہی میں یہ تمام باتیں فرشتہ لکھ دیتا ہے۔'' (صحيح البخاري، حديث : 6595، و صحيح مسلم، حديث : 2646)

منصوبہ بندی کے طریقے اور ان کے اثرات

منصوبہ بندی کے پانچ بنیادی طریقے ہیں:

① رکاوٹی طریقہ۔ اس میں منی کو انڈے تک پہنچنے سے روکا جاتا ہے، مثلاً: عزل اور کونڈم وغیرہ سے۔

② ہارمونز کا طریقہ۔ اس میں بیضہ دانی (Ovaries) کو انڈہ بنانے سے روکا جاتا ہے، مثلاً: گولیاں، ٹیکے اور جسم کے اندر رکھنے والی نلکیاں۔

③ تار یا چھلا۔ اس طریقے میں مردانہ جرثومے کو ختم کر کے انڈے سے ملاپ سے روکا جاتا ہے، مثلاً: کاپر۔ٹی اور ملٹی لوڈ۔

④ قدرتی طریقہ، زرخیز دنوں کا اندازہ لگا کر ان دنوں میں ازدواجی تعلق سے گریز کر کے حمل قرار پانے سے روکا جاتا ہے۔ (زرخیز دنوں کے بارے میں پہلے بتایا جا چکا ہے۔)

⑤ مستقل طریقے، اس طریقے میں عورت اور مرد کو آپریشن کے ذریعے سے مستقل طور پر بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت سے محروم کر دیا جاتا ہے، مثلاً: عورت کی ٹیوبوں کا آپریشن اور مردانہ نس بندی۔

① رکاوٹی طریقہ

عزل (Coitus Interruptus)(Withdrawal Method)

جماع کے وقت منی کے انزال سے تھوڑی دیر پہلے عضو تناسل کو اندام نہانی سے باہر نکال کر منی کے اندام سے باہر اخراج کو عزل کہا جاتا ہے، لیکن یہ طریقہ مکمل طور پر محفوظ نہیں ہے کیونکہ یہ ضروری نہیں ہے کہ آپ ہر بار اندام سے باہر انزال میں کامیاب ہو پائیں۔ نیز مباشرت سے پہلے نکلنے والے ہلکے سے اخراج، جسے مذی کہتے ہیں، میں بھی جرثومے پائے جا سکتے ہیں، جو مباشرت پر حمل کا باعث ہو سکتے ہیں۔

سیدنا جابر رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ ہم رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے زمانے میں عزل کیا کرتے تھے اور اللہ تعالیٰ کے نبی صلی اللہ علیہ وسلم تک یہ بات پہنچی تو آپ نے ہمیں اس سے منع نہیں فرمایا۔ (صحیح مسلم، حدیث: 1440)

سیدنا ابو سعید خدری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے عزل کے بارے میں فرمایا: ''اگر تم عزل نہ بھی کرو تو تمھیں کوئی نقصان نہیں ہوگا کیونکہ اللہ تعالیٰ نے قیامت کے دن تک پیدا ہونے والی جس جان کی پیدائش لکھ دی ہے، وہ ضرور پیدا ہوگی۔'' (صحیح مسلم، حدیث: 1438)

کونڈم (Condom)

یہ بھی عزل ہی کی دوسری قسم ہے۔ کونڈم ربڑ کی بنی ہوئی لمبی تھیلی ہوتی ہے جسے مرد

مباشرت (جماع) کے وقت عضو تناسل پر چڑھا کر استعمال کرتا ہے۔ اس سے مرد کی منی عورت کی اندام نہانی کے اندر داخل نہیں ہو پاتی۔ یہ طریقہ خاندانی منصوبہ بندی کے لیے بہترین ہے، کیونکہ یہ اسلامی حساب سے خاندانی منصوبہ بندی کی جائز قسم ہے اور اس کے انسانی صحت پر کسی بھی قسم کے مضر اثرات نہیں ہوتے، نیز اس سے بیماریاں ایک فرد سے دوسرے فرد کو منتقل نہیں ہو پاتیں۔

کونڈم کے متعلق ہدایات

- ہر بار جماع کے لیے نیا کونڈم استعمال کریں اور ایک کونڈم ایک سے زیادہ بار کبھی استعمال نہ کریں۔
- کونڈم کے استعمال کے دوران چکناہٹ کے لیے تھوک یا مارکیٹ میں اس مقصد کے لیے دستیاب جیلی (Lubricant) استعمال کریں اور کبھی تیل، لوشن یا ویسلین کا استعمال مت کریں۔ اس طرح کونڈم پھٹ سکتا ہے۔ کونڈم کا پیکٹ دانتوں سے کبھی نہ کھولیں، اس طرح بھی کونڈم پھٹنے کا خدشہ ہوتا ہے۔
- کونڈم پہننے کے لیے کونڈم کے سامنے والا نوکدار حصہ انگلی سے پکڑ لیں اور کونڈم کو عضو تناسل پر رکھ کر آہستہ آہستہ نیچے کی طرف دھکیلیں۔ کونڈم کبھی پورا کھول کر مت پہنیں، نیز کونڈم کا سامنے والا نوکدار حصہ خالی رکھیں تا کہ منی کے لیے جگہ ہو کیونکہ انزال پر منی کے لیے جگہ نہ ہونے کی صورت میں تنگی کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

ضروری وضاحت

بعض خواتین کو لیٹکس (Latex) نامی مادے سے الرجی ہو سکتی ہے جس سے کونڈم بنا ہوتا ہے۔ اگر آپ کو ازدواجی تعلق (مجامعت) کے بعد سوزش محسوس ہو یا اندام نہانی

کے آس پاس کا علاقہ سرخ ہو جائے یا تکلیف محسوس ہو یا پانی پڑنا شروع ہو جائے تو یہ الرجی کی علامت ہوگی۔ جن خواتین کو الرجی ہو، ان کے لیے ربڑ کے کونڈم یا لیٹکس کے بغیر (Non-Latex) کونڈم بھی مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ لیکن یہ مہنگے ہوتے ہیں، اس کے علاوہ یہ کونڈم انٹرنیٹ سے آن لائن بھی خریدے جا سکتے ہیں۔

منی کُش جیلی (Spermicidal Jelly)

مارکیٹ میں ایسی ادویات ملتی ہیں جو مباشرت سے پہلے اندام نہانی کے اندر رکھنے سے منی میں موجود جرثومے ختم ہو جاتے ہیں اور عورت حاملہ نہیں ہو پاتی۔ یہ ادویات جھاگ دار کریم، گولیوں یا جیلی کی شکل میں ہوتی ہے، ان ادویات کا استعمال قطعاً حرام ہے۔

② ہارمونز کا طریقہ

ہارمونی طریقے میں عورت کے جسم میں وہ ہارمون پیدا کیے جاتے ہیں جو حمل کے دوران میں پیدا ہوتے ہیں اور جن کی وجہ سے عورت کی انڈہ دانیاں انڈے بنانا بند کر دیتی ہیں اور عورت کے جسم کو یقین دلاتی ہیں کہ وہ حاملہ ہے جبکہ حقیقت میں وہ حاملہ نہیں ہوتی۔ اسی وجہ سے ان ادویات کے استعمال کے بعد عورت متلی اور حمل کی سی کیفیت محسوس کرتی ہے۔

ہارمونی طریقے میں گولیاں، ٹیکے اور بازو کے اندر رکھنے والی نلکیاں (Implant) شامل ہیں۔ کونڈم کے طریقے کے بعد دوسرے نمبر پر بازو میں رکھوانے والی نلکیاں دیگر طریقوں کی نسبت بہتر ہیں۔

احتیاط

اگر آپ کو کوئی بیماری ہو تو منصوبہ بندی کے کسی بھی طریقے کے استعمال سے پہلے

ڈاکٹر سے مشورہ کرلیں کیونکہ یہ طریقے بعض بیماریوں کو بڑھانے کا باعث ہو سکتے ہیں۔ درج ذیل صورت حال میں ہارمونی طریقے کا استعمال خطرناک ثابت ہوسکتا ہے:

❋ وہ عورتیں جنھیں سینے کا کینسر (Breast Cancer) ہو یا سینے میں گلٹی ہو کیونکہ ہارمونی طریقے کے استعمال سے کینسر بڑھ سکتا ہے۔

❋ اگر آپ کو دل کی بیماری (Arterial Vascular Disease) ہو، یا مرگی (Epilepsy) کا مرض ہو۔

❋ اگر آپ کو ہائی بلڈ پریشر ہو، کیونکہ ہارمونی طریقہ بلڈ پریشر میں شدید نوعیت کے اضافے کا باعث ہوسکتا ہے۔

❋ اگر آپ کو ٹانگوں کی پھولی ہوئی اور سو.جی ہوئی رگوں (Varicose Veins) کی شکایت ہو۔

❋ اگر آپ کو ماہواری کے دوران میں بہت زیادہ خون آتا ہو اور جسم پر چھپا کی کی طرح نیلے نشانات ہوں۔

❋ اگر آپ کو میگرین (Migraine)، یعنی آدھے سر کا درد یا اکثر سر درد کی شکایت ہو کیونکہ ہارمونی طریقہ سر درد میں اضافے کا باعث ہوسکتا ہے۔

❋ اگر آپ کو ٹی بی (Tuberculosis)، ہیپا ٹائٹس، یرقان، جگر کا کینسر یا گردوں کی بیماری یا ڈپریشن ہو۔

نقصان دہ اثرات

ہارمونی طریقے انسانی صحت پر بہت مضر اثرات ڈالتے ہیں اور ان کے انھی اثرات کی وجہ سے خواتین انھیں استعمال کے کچھ عرصے بعد تنگ آ کر خود ہی چھوڑ دیتی ہیں، نیز

وہ تمام اشیاء جو انسانی صحت کے لیے نقصان دہ ہوں، ان کا استعمال اسلام میں حرام ہے۔

ہارمونی طریقے کے درج ذیل اثرات ہوتے ہیں:

- ہارمونی طریقے کے استعمال سے ماہواری کے مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے، مثلاً: ماہواری کے خون میں بہت زیادہ اضافہ یا ماہواری کا بالکل نہ آنا یا پھر مستقل داغ لگنے کی شکایت ہو جاتی ہے۔
- وزن میں اضافہ۔
- گولیوں کے استعمال کی صورت میں دودھ پلانے والی ماؤں میں دودھ کی پیداوار میں کمی۔
- متلی۔
- سر درد۔
- دانے اور کیل مہاسے۔
- بازو میں ڈلوانے والی نلکیاں (Implant) بعض خواتین میں جسم سے مطابقت نہیں کر پاتیں جس کا نتیجہ ردِعمل (Reaction) کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے (بازو کا سوجنا) لیکن ایسا کم ہی ہوتا ہے۔ عام طور پر خاندانی منصوبہ بندی کے لیے کونڈم کے بعد یہ طریقہ بہتر ہے کیونکہ اس کے بہت کم مضر اثرات ہیں اور کسی بھی پیچیدگی کی صورت میں نلکی آسانی سے جسم سے نکالی جا سکتی ہیں۔
- انجیکشن چونکہ لمبے دورانیے کے لیے ہوتے ہیں اور ان کے اثرات دیرپا ہوتے ہیں، اس لیے کسی بھی قسم کی پیچیدگی کی صورت میں گولیوں یا دیگر منصوبہ بندی کے طریقوں کی طرح انھیں جسم سے آسانی سے نہیں نکالا جا سکتا ہے۔

آپریشن کے ذریعے مستقل طور پر بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت سے محروم کر دیا جاتا ہے اور ایسا کرنا قطعاً حرام ہے۔

سیدنا سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے عثمان بن مظعون رضی اللہ عنہ کو نکاح کے بغیر رہنے سے منع کر دیا۔ اگر آپ انھیں اجازت دے دیتے تو ہم خصی ہو جاتے۔ (صحيح البخاري، حديث :5073)

سیدنا عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ نے کہا: ہم رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ غزوات میں شریک ہوتے تھے اور ہمارے ساتھ بیویاں نہیں تھیں۔ ہم نے کہا: کیا ہم خصی نہ ہو جائیں؟ آپ نے ہمیں اس سے منع کیا، پھر ہمیں رخصت دی کہ ہم ایک کپڑے کے عوض عورتوں سے نکاح کر لیں (یہ نکاحِ متعہ ایک وقتی رخصت تھی، پھر آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فتح مکہ کے موقع پر قیامت تک کے لیے اسے حرام قرار دے دیا)۔ (صحيح البخاري، حديث :5075، و صحيح مسلم، حديث :1404)

زنانہ نس بندی (Tubal Ligation)

اس آپریشن سے پہلے شوہر کا تحریری اجازت نامہ مانگا جاتا ہے۔ یہ ایک چھوٹا سا آپریشن ہوتا ہے جس میں تقریباً آدھا گھنٹہ لگتا ہے اور عورت تھوڑی دیر بعد ہی گھر جا سکتی ہے۔ اس آپریشن میں عورت کے پیٹ پر ہلکا سا چیرا لگا کر انڈہ دانیوں کی نالیاں باندھ دی جاتی ہیں اس طرح انڈہ رحم تک نہیں پہنچ پاتا۔ اس آپریشن سے عورت کی صحت پر کوئی فرق نہیں پڑتا اور اسے عام دنوں کی طرح ماہواری باقاعدگی سے آتی ہے۔

مردانہ نس بندی (Vasectorny)

اس آپریشن سے پہلے مرد کا باقاعدہ تحریری اجازت نامہ مانگا جاتا ہے۔ اس آپریشن

میں مردانہ خصیوں (Testes) سے عضو تناسل (Penis) تک جانے والی نالیاں کاٹ کر باندھ دی جاتی ہیں جس سے خصیوں میں پیدا ہونے والے جرثومے منی تک نہیں پہنچ پاتے۔اس آپریشن میں تقریباً 10-15 منٹ لگتے ہیں۔اس آپریشن کے بعد مرد کبھی بچہ پیدا کرنے کے قابل نہیں رہتا، لیکن اس آپریشن سے مرد کی مردانگی پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔اس آپریشن کے تین ماہ بعد تک عورت کے حاملہ ہونے کے امکانات پائے جاتے ہیں۔

خاندانی منصوبہ بندی میں بے احتیاطی

بعض اوقات خاندانی منصوبہ بندی کے دوران میں بے احتیاطی ہو جاتی ہے، مثلاً: ازدواجی تعلقات کے دوران میں کونڈم پھٹ جانا یا کونڈم کی عدم دستیابی کے باوجود ازدواجی تعلقات قائم کرنا جس کی وجہ سے عورت خاندانی منصوبہ بندی کی خواہش رکھنے کے باوجود حاملہ ہو جاتی ہے۔اگر آپ سے ایسی کوئی بے احتیاطی ہو جائے تو آپ اس مسئلے کا علاج کر سکتی ہیں۔اس کے لیے ایک دوا ہے:

Gynonil Tab (Methyloestrenolone, Methyloestradiol) یا

(ECP)

آپ اس کی بیک وقت دو گولیاں ازدواجی تعلق کے بعد تقریباً 48 گھنٹے کے اندر اندر کھا سکتی ہیں۔اس دوا کے استعمال کے تقریباً 3-6 دن بعد آپ کو حیض کی طرح خون جاری ہو جائے گا۔بعض خواتین کو 15 دن کے بعد بھی خون آ سکتا ہے۔15 دن کے بعد بھی خون جاری نہ ہو تو ڈاکٹر سے رجوع کریں۔

نوٹ: اگر آپ حاملہ ہو چکی ہیں تو یہ دوا ہرگز استعمال نہ کریں۔ یہ دوا صرف ہنگامی صورت حال میں استعمال کی جاتی ہے۔اس کا غیر ضروری استعمال آپ کے لیے خطرناک ثابت ہوسکتا ہے، اس لیے اسے صرف انتہائی ضرورت کے تحت استعمال کریں۔

باب ششم

بانجھ پن (Infertility)

اگر 2 سال تک لگاتار کوشش کے بعد بھی حمل نہ ٹھہر پائے تو ایسی صورت حال کو بانجھ پن کہتے ہیں۔ بانجھ پن مرد اور عورت دونوں میں یکساں تناسب میں پایا جاتا ہے۔ عام طور پر 85 فیصد جوڑے ایک سے دو سال تک کے عرصے میں ماں باپ بن جاتے ہیں، لیکن اگر شادی کے دو سال بعد بھی حمل نہ ٹھہر پائے تو ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے۔

مردانہ بانجھ پن (Male Infertility)

ہمارے معاشرے میں یہ تصور عام پایا جاتا ہے کہ حمل ٹھہرنے میں مسائل اور بانجھ پن صرف خواتین ہی میں پایا جاتا ہے جبکہ حقیقت یہ ہے کہ بعض اوقات مردانہ بانجھ پن ہی حمل نہ ٹھہرنے کی اصل وجہ ہوتا ہے، نیز بانجھ پن کا تناسب مردوں میں بھی اس قدر ہی پایا جاتا ہے جتنا کہ خواتین میں ہے، اس لیے یہ ضروری ہے کہ حمل نہ ٹھہرنے کی صورت میں عورتوں کے ساتھ ساتھ مرد بھی اپنا طبی معاینہ ضرور کروائیں۔ مرد عام طور پر مسئلہ پائے جانے کی صورت میں شرمندگی کے خوف سے اپنا طبی معاینہ کرواتے ہوئے گھبراتے ہیں، لیکن بہتر ہے کہ اپنا طبی معاینہ ضرور کروایا جائے تاکہ کسی مسئلے کی صورت میں جلد از جلد علاج کیا جاسکے۔

وجوہات

① جرثوموں میں مسائل

نوے فیصد (90%) مردانہ بانجھ پن جرثوموں (Sperms) کے درج ذیل مسائل کی وجہ سے ہوتا ہے:

- جرثوموں کا پیدا نہ ہونا (Azqspermia)۔
- جرثوموں کا کم مقدار میں پیدا ہونا(Oligospermia)۔
- جرثوموں کی شکل اور ماہیت میں مسائل ہونا۔
- جرثوموں کی نقل وحرکت میں مسائل ہونا۔

(اگر جرثومے نارمل طریقے سے نقل وحرکت نہ کریں تو وہ انڈے سے ملاپ نہیں کر پاتے۔)

② خصیوں کی رگوں میں سوجن (Varicocele)

خصیوں کی رگوں میں سوجن مردانہ بانجھ پن کی سب سے عام وجہ ہے۔ خصیوں کو جرثومے بنانے کے لیے جسم کی نسبت کم درجہ حرارت کی ضرورت ہوتی ہے اور رگوں میں سوجن کی وجہ سے خصیوں کا درجہ حرارت کنٹرول کرنے کا نظام متاثر ہوتا ہے جس کی وجہ سے جرثوموں کی پیداوار اور حرکت کم ہو جاتی ہے۔

③ خصیوں کی تھیلی میں خصیے نہ ہونا (Undescended Testicles)

مردانہ تولیدی نظام میں خصیے جسم سے باہر ہوتے ہیں کیونکہ جرثوموں کی پیداوار کے لیے جسم کے عمومی درجہ حرارت سے کم درجہ حرارت کی ضرورت ہوتی ہے، لیکن

بعض مردوں میں خصیے پیدائشی طور پر خصیوں کی تھیلی (Scrotum) کی بجائے پیٹ کے نچلے حصے میں پائے جاتے ہیں جس کی وجہ سے جرثوموں کی پیداوار کے لیے مناسب درجہ حرارت میسر نہیں ہو پاتا۔

④ انفیکشن

بعض قسم کے انفیکشن جرثوموں کی پیداوار یا جرثوموں کو سپلائی کرنے والی نالی کو متاثر کرتے ہیں، مثلاً: کنپھیڑ (Mumps) کی وجہ سے خصیوں کی سوجن، پوشیدہ اعضاء کا انفیکشن (وہ انفیکشن جو جنسی تعلقات کے ذریعے پھیلتے ہیں۔)

نوٹ: اگر کسی بچے (لڑکے) کو کنپھیڑ ہو جائے تو اس پر خصوصی توجہ دیں کیونکہ اگر کنپھیڑ کی وجہ سے خصیوں میں سوجن ہو جائے تو آیندہ بانجھ پن کا خطرہ ہوسکتا ہے۔

⑤ ہارمونوں میں مسائل

مردانہ تولیدی نظام ایک پیچیدہ نظام ہے۔ایک صحت مند جرثومے کی پیداوار کے لیے تمام مردانہ تولیدی اعضاء کا مناسب طور پر کام کرنا اور تمام ضروری ہارمونوں کا مناسب مقدار میں پیدا ہونا ضروری ہے۔مرد کے جسم میں مردانہ ہارمون (Testosterone) پیدا ہوتے ہیں جو مرد میں مردانہ خصوصیات پیدا کرتے ہیں۔ان ہارمونوں کی کمی یا دیگر مسائل بھی مردانہ بانجھ پن کا سبب بن سکتے ہیں، نیز موٹاپا بھی ہارمون میں مسائل کا باعث ہوسکتا ہے۔

⑥ ہرنیا (Inguinal Hernia)

جب چھوٹی آنت کا کچھ حصہ لٹک کر خصیوں کی تھیلی میں آ جائے تو اسے ہرنیا کہتے

ہیں۔ ہرنیا بھی بانجھ پن کا سبب ہوسکتا ہے، کیونکہ اس کی وجہ سے خصیوں کا درجہ حرارت جرثوموں کی پیداوار کے لیے مطلوبہ درجہ حرارت سے بڑھ جاتا ہے جس سے جرثوموں کی پیداوار متاثر ہوتی ہے لیکن علاج کے بعد یہ صورت حال ٹھیک ہو جاتی ہے۔

⑦ مرد کی منی کا دور تک نہ پہنچنا

انزال کے وقت مرد کی منی زور سے خارج ہوتی ہے جس سے مرد کے جرثومے عورت کی اندام نہانی کے اندر دور تک پہنچ پاتے ہیں تاکہ انڈے سے ملاپ کر سکیں۔ بعض مردوں میں منی اتنی زور سے خارج نہیں ہوتی کہ عورت کے اندرونی تولیدی اعضاء تک پہنچ پائے، چنانچہ حمل نہیں ٹھہرتا۔اس مسئلے کا بھی علاج کیا جاسکتا ہے۔

⑧ جرثوموں کی نالی میں رکاوٹ (Sperm Duct Blockage)

کسی بیماری یا چوٹ کی وجہ سے جرثومے لے جانے والی نالی یا پیشاب کی نالی میں رکاوٹ پیدا ہوسکتی ہے۔ اس کے علاوہ بعض مردوں میں پیدائشی طور پر خصیوں کے چند حصوں میں رکاوٹ پائی جاتی ہے یا جرثومے لے جانے والی نالی سرے سے موجود ہی نہیں ہوتی جس کی وجہ سے جرثومے منی میں شامل نہیں ہو پاتے۔ یہ مسئلہ بھی آپریشن کے ذریعے ٹھیک ہوسکتا ہے۔

⑨ ماحول کے اثرات (Environmental Factors)

اگر کام کی نوعیت ایسی ہو جس میں بہت زیادہ گرمی، کیمیکل یا شعاعوں (X-Rays) یا دیگر ایسی چیزوں کا سامنا کرنا پڑے تو جرثوموں کی پیداوار یا کارکردگی متاثر ہوسکتی ہے۔اسی طرح بہت زیادہ سگریٹ نوشی یا بعض ادویات کا استعمال بھی بانجھ پن کا سبب

ہوسکتا ہے۔مختلف کیمیکل جرثوموں کی تعداد میں کمی اور بانجھ پن کا باعث ہو سکتے ہیں، مثلاً: پارہ (Mercury)، سیسہ (Lead)، نکل (Nickel)، ایتھر (Ethers)، ایتھلین گلائیکول (Ethylene Glycol)، بینزین (Benzene)، کرومیم (Chromimum)، پرکلورو ایتھلین (Perchloroethylene)، کھادیں (Fertilizers)، زرعی ادویات (Pesticides)،
پیٹروکیمیکل (Petrochemicals) وغیرہ۔

⑩ عمر کے اثرات

عمر بڑھنے کے ساتھ بھی مردانہ جرثوموں کی پیداوار، حرکیّت اور کوالٹی متاثر ہوتی ہے جو زرخیزی میں کمی کا باعث ہوتی ہے۔

⑪ انزال میں مسائل (Retrograde Ejaculation)

بعض اوقات منی انزال کے وقت عضوتناسل سے نکلنے کی بجائے مثانے میں چلی جاتی ہے، چنانچہ حمل ٹھہرنہیں پاتا، نیز صحت کے بعض عمومی مسائل بھی انزال میں رکاوٹ کا باعث ہو سکتے ہیں، مثلاً: مثانے، غدود (پروسٹیٹ) یا پیشاب کی نالی کی سرجری، ذیابیطس اور ریڑھ کی ہڈی میں چوٹ وغیرہ۔

بانجھ پن کے ٹیسٹ (Infertility Tests)

حمل نہ ٹھہرنے کی صورت میں ضروری ہے کہ عورت کے ساتھ ساتھ مرد بھی اپنا طبی معاینہ ضرور کروائے اور طبی معاینے کے لیے گردوں کے ڈاکٹر (Urologist) سے رابطہ کیا جائے۔

ڈاکٹر کے مشورے پر منی کے لیبارٹری میں ٹیسٹ کے ذریعے جرثوموں کی تعداد،

نقل و حرکت اور ماہیت کو چیک کیا جا سکتا ہے، نیز خون کے ذریعے سے مرداد ہارمون کا ٹیسٹ بھی کیا جا سکتا ہے۔

زنانہ بانجھ پن (Female Infertility)

بیس تا ستائیس سال کی عمر عورت کی زندگی کا زرخیز ترین عرصہ ہوتا ہے۔ 27 سال کی عمر کے بعد عورت کی زرخیزی (Fertility) کم ہونے لگتی ہے۔ 31-35 سال کی عمر میں زرخیزی میں ہر سال تقریباً 3% کمی آنے لگتی ہے اور 35-40 سال کی عمر میں یہ تناسب بہت بڑھ جاتا ہے۔ زنانہ بانجھ پن دو طرح کا ہوتا ہے۔

بنیادی بانجھ پن (Primary Infertility)

اگر ایک سال کی مسلسل اور لگاتار کوشش کے باوجود عورت حاملہ نہ ہو سکے یا حاملہ ہو جائے، لیکن صحت مند بچے کو جنم دینے میں کامیاب نہ ہو پائے (حمل گر جائے یا مردہ بچے کی پیدائش ہو) تو ایسی صورت حال کو بنیادی بانجھ پن کہتے ہیں۔

ثانوی بانجھ پن (Secondary Infertility)

اگر کسی عورت کا پہلا بچہ بغیر کسی مسئلے کے پیدا ہوا اور اس کے بعد دوسرے بچے کے لیے لگاتار کوشش کے باوجود بھی حمل نہ ٹھہر پائے یا حمل ٹھہرنے کے باوجود حمل گرنے یا مردہ بچے کی پیدائش کے مسائل پیدا ہو جائیں تو ایسی صورت حال کو ثانوی بانجھ پن کہتے ہیں۔

وجوہات

عورت کا تولیدی نظام بے حد پیچیدہ ہوتا ہے اور بچے کی پیدائش کے لیے تمام تولیدی اعضاء کا تندرست اور صحیح طور پر کام کرنا ضروری ہے۔ عورت میں بانجھ پن کی

درج ذیل وجوہات ہوسکتی ہیں:

بیضے کے مسائل (Ovulation Disorders)

عورت کے جسم میں دو انڈہ دانیاں ہوتی ہیں جن سے ہر ماہ باری باری ایک انڈے (بیضے) کا اخراج ہوتا ہے۔ بچے کی پیدائش کے لیے صحت مند انڈے کا باقاعدگی سے اخراج ضروری ہے۔ انڈہ دانی میں درج ذیل مسائل بانجھ پن کا باعث ہو سکتے ہیں۔ بانجھ پن کے 30-40 فی صد واقعات بیضہ دانی میں مسائل کی وجہ سے ہوتے ہیں۔

- صحت مند انڈے کا پیدا نہ ہونا۔
- وقت سے پہلے نامکمل انڈے کا اخراج۔
- بیضہ دانی کی رسولیاں (Polycystic Ov aries)

نامناسب مقدار میں ہارمونوں کی پیدائش (Hormonal Imbalance)

ایک عورت کے جسم میں انڈے کے بننے اور مردانہ جرثومے سے ملاپ کے بعد حمل ٹھہرنے کے لیے تمام ضروری ہارمونوں کا مناسب مقدار میں پیدا ہونا ضروری ہے۔ وزن میں بہت زیادہ کمی ہارمونوں میں مسائل کا باعث ہوسکتی ہے۔

انڈہ لے جانے والی نالی میں بندش (Blockage in Fallopian Tube)

اگر بیضہ دانی سے انڈہ لے جانے والی نالی میں بندش ہوتو انڈے کا اخراج نہیں ہو پاتا یا جرثومے کو انڈے سے ملاپ کے لیے راستہ نہیں مل پاتا جس سے حمل نہیں ٹھہر پاتا۔

بچہ دانی میں مسائل

بچہ دانی میں مختلف مسائل بانجھ پن یا حمل گرنے کا باعث ہو سکتے ہیں، مثلاً:

- بچہ دانی میں رسولیاں۔
- بچہ دانی کی شکل کا ابنارمل ہونا۔
- انڈے کا جرثومے سے ملاپ کے بعد بچہ دانی کے اندر (خوراک کے لیے) مناسب طور پر نہ جڑ پانا۔

ماہواری میں گڑبڑ

ماہواری میں گڑبڑ، مثلاً: ماہواری نہ آنا، ماہواری کے دوران میں بہت زیادہ خون آنا، ماہواری کا مختلف تاریخوں میں آنا اور کسی ماہ آنا اور کسی ماہ نہ آنا وغیرہ بھی بانجھ پن کا باعث ہو سکتے ہیں۔ ماہواری میں گڑبڑ عام طور پر ہارمون کی کمی یا زیادتی یا بچہ دانی اور بیضہ دانی میں مسائل کی وجہ سے ہوتی ہے۔

مستقل بیماریاں

مستقل بیماریاں بھی بانجھ پن کا باعث ہوسکتی ہیں، مثلاً: شوگر (ذیابیطس) اور گردوں کی بیماری وغیرہ۔

ازدواجی مسائل

عورتوں کے مسائل

عورت کی جنسی فعل میں عدم دلچسپی (Female Sexual Dysfunction)

عورت فطرتاً شرمیلی ہوتی ہے اور شادی کے شروع میں جنسی فعل میں دلچسپی نہیں لیتی، لیکن وقت کے ساتھ ساتھ وہ ازدواجی تعلقات کے بارے میں سیکھ لیتی ہے اور دلچسپی لینا شروع کر دیتی ہے۔ لیکن اگر شادی کے کئی سال بعد بھی عورت جنسی فعل میں دلچسپی نہ لے اور ازدواجی تعلقات سے کترائے اور تکلیف محسوس کرے تو اس کی ممکنہ وجوہات پر غور کرنا چاہیے اور کسی بھی مسئلے کی صورت میں ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے۔

ممکنہ وجوہات

عورت کی جنسی فعل میں عدم دلچسپی کی درج ذیل وجوہات ہوسکتی ہیں:

① مباشرت میں تکلیف محسوس ہونا (Painful Intercourse)

ایک کنواری عورت کی اندام نہانی بہت تنگ ہوتی ہے جس میں مباشرت کے وقت تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ یہ صورت حال کچھ عرصہ بعد ٹھیک ہو جاتی ہے۔ اگر شادی کے ایک سال بعد بھی یہ صورت حال برقرار رہے تو یہ ایک توجہ طلب امر ہے اور آپ

کو اس کی ممکنہ وجوہات پر غور کرنا چاہیے۔ نیز کسی زخم، چوٹ، انفیکشن یا اندام کی جلد میں مسائل کی صورت میں بھی مباشرت تکلیف کا باعث ہوسکتی ہے۔

② اندام نہانی کی خشکی (Vaginal Dryness)

جنسی فعل کے لیے تیار ہونے پر اندام نہانی کی دیواروں سے خود بخود چکناہٹ نکلنا شروع ہو جاتی ہے تاکہ جماع میں سہولت پیدا ہو سکے۔ کم مقدار میں چکناہٹ تکلیف کا باعث ہوتی ہے۔ ایسی صورت حال میں تھوک، تیل، پیٹرولیم جیلی (ویسلین) یا بازار میں اس مقصد کے لیے دستیاب مصنوعی (آرٹیفیشل) چکنائی استعمال کی جاسکتی ہے۔ لیکن اگر آپ خاندانی منصوبہ بندی کے لیے کونڈم (Condom) استعمال کر رہے ہیں تو پھر تیل، پیٹرولیم جیلی یا لوشن مت استعمال کریں کیونکہ اس سے کونڈم پھٹنے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس کے بجائے آپ تھوک یا مارکیٹ میں اس مقصد کے لیے دستیاب چکنائی (Lubricant) استعمال کر سکتے ہیں۔

③ ہارمونوں کی کمی

جنسی جذبات میں کمی کی سب سے اہم اور بڑی وجہ ہارمونوں میں گڑبڑ ہونا ہے۔ زنانہ ہارمون کی کمی جنسی جذبات میں کمی اور اندام نہانی کی خشکی کا باعث ہوتی ہے۔ اس مسئلے کا علاج موجود ہے۔

④ پیدائشی نقائص

اندام نہانی (Vagina) کے منہ پر ایک باریک سی جھلی ہوتی ہے جسے پردۂ بکارت کہتے ہیں۔ بعض لڑکیوں میں پیدائشی طور پر یہ جھلی بہت موٹی ہوتی ہے جو مباشرت پر تکلیف

کا باعث ہوتی ہے۔ایک معمولی آپریشن کے ذریعے سے اس مسئلے کو حل کیا جا سکتا ہے۔

⑤ ادویات

مختلف ادویات جنسی جذبات کو متاثر کرتی ہیں، مثلاً: بلڈ پریشر، الرجی یا خاندانی منصوبہ بندی کی ادویات۔ یہ مسئلہ عارضی ہوتا ہے اور ان ادویات کا استعمال بند کرنے پر یہ عارضہ خود بخود ختم ہو جاتا ہے۔

⑥ جنسی فعل کا خوف (Vaginismus)

بعض خواتین جنسی فعل سے بہت خوفزدہ ہوتی ہیں اور خوف کے باعث مباشرت کے وقت اندام نہانی کی دیواروں کے اعصاب خود بخود سکڑ جاتے ہیں جو تکلیف کا باعث ہوتا ہے۔ جنسی فعل میں عدم دلچسپی اور خوف نفسیاتی طور پر ہوتا ہے اور اس کا علاج کیا جا سکتا ہے۔اس مقصد کے لیے اندام کی ورزش کی جا سکتی ہے جس کا طریقہ کسی ماہر لیڈی ڈاکٹر سے معلوم کیا جا سکتا ہے۔

⑦ جنسی محبت کے کھیل میں کمی

عورت کو ہیجان صرف مباشرت (مجامعت) سے حاصل نہیں ہوتا، بلکہ اس مقصد کے لیے عورت کو تیار کرنا پڑتا ہے۔ مرد کے برعکس عورت قربت اور محبت کو زیادہ پسند کرتی ہے، اس لیے عورت کے ساتھ زیادہ محبت کا کھیل (Foreplay) کھیلنا چاہیے۔ نامناسب طور پر محبت کا کھیل بھی عورت کے جنسی فعل میں عدم دلچسپی کا باعث ہو سکتا ہے۔

⑧ نفسیاتی مسائل

نفسیاتی مسائل، مثلاً: ڈپریشن اور ٹینشن وغیرہ بھی جنسی فعل میں عدم دلچسپی کا باعث

ہو سکتے ہیں۔

مباشرت کے بعد خون آنا (Bleeding After Intercourse)

مباشرت یا جماع کے بعد خون آنا قطعاً نارمل بات نہیں، اس لیے ایسی صورت میں ڈاکٹر سے ضرور رابطہ کرنا چاہیے۔ مباشرت کے دوران یا بعد میں خون آنے کی درج ذیل وجوہات ہوسکتی ہیں۔

- اندام نہانی کے اندر یا اس کے منہ پر زخم یا السر۔
- بچہ دانی کے منہ پر چھوٹے چھوٹے دانے یا رسولی۔
- بچہ دانی کے منہ پر یا اندام نہانی میں سوجن یا انفیکشن۔
- پوشیدہ امراض (Sexual Transmitted Diseases)
- خاندانی منصوبہ بندی کی گولیوں کے استعمال یا ہارمون (ایسٹروجن) کی کمی کی وجہ سے اندام نہانی کی اندرونی دیوار پتلی ہو جاتی ہے اور یوں مباشرت کے دوران میں خون آ سکتا ہے۔
- رحم کے منہ کے کینسر (Cervical Cancer) کے ابتدائی مرحلے کی نشاندہی کے طور پر بھی خون آ سکتا ہے۔
- بچہ دانی کے منہ کا کینسر ایک خطرناک بیماری ہے جس میں بچہ دانی کے خلیات ایک وائرس (Virus) کی وجہ سے غیر معمولی طور پر بڑھنا شروع ہو جاتے ہیں۔ اس بیماری کی زیادہ تر علامات ابتدائی مرحلوں میں ظاہر نہیں ہوتیں جبکہ اس مرض کا علاج کامیابی سے ممکن ہوتا ہے۔ اس بیماری سے بچاؤ کے لیے حفاظتی ٹیکے مارکیٹ میں دستیاب ہیں اور بہتر ہے کہ یہ ٹیکے جوانی کے آغاز ہی میں لگوا لیے جائیں۔ یہ حفاظتی ٹیکے 9 سال

کی عمر کے بعد کسی بھی وقت لگوائے جا سکتے ہیں۔ بہتر ہے کہ ایسی تمام خطرناک بیماریاں جن کے حفاظتی ٹیکے موجود ہیں، لگوا لیے جائیں تاکہ بعد میں پریشانی کا سامنا نہ کرنا پڑے کیونکہ یہ بیماریاں جہاں شدید تکلیف دہ ہیں، وہاں ان کا علاج مہنگا ہونے کے سبب عام آدمی کی دسترس سے باہر ہے۔

مردوں کے مسائل

① مردانہ کمزوری (Erectile Dysfunction)

عضوِ تناسل کا اندرونی حصہ تین خالی خانوں پر مشتمل ہوتا ہے جو اسفنج کی طرح کے ٹشو سے بنے ہوتے ہیں۔ جب مباشرت (جماع) کا ارادہ ہو تو اسفنج نما خانوں میں موجود خلا خون سے بھر جاتا ہے جس کی وجہ سے عضوِ تناسل میں سختی اور تناؤ پیدا ہوتا ہے جو مباشرت میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ اگر سختی اور تناؤ پیدا ہونے میں مسائل کا سامنا ہو، مثلاً: سختی پیدا ہونے میں یا سختی زیادہ دیر برقرار رکھنے میں ناکامی ہو تو ایسی صورت حال کو مردانہ کمزوری کہتے ہیں۔ (مردانہ کمزوری خود لذتی (مشت زنی) یا احتلام کی وجہ سے کبھی نہیں ہوتی۔) زیادہ تر یہ مسئلہ نفسیاتی طور پر ہوتا ہے۔ عام طور پر اگر یہ مسئلہ کئی دفعہ ہو جائے تو مرد کے ذہن میں بیٹھ جاتا ہے کہ ہر بار ایسا ہی ہوگا۔

مردانہ کمزوری کی وجوہات

صحت کے مسائل

❋ صحت کے مختلف مسائل، مثلاً: ذیابیطس (شوگر)، بلڈ پریشر، دل کی بیماریاں یا

کولیسٹرول کی زیادتی نامردی کا باعث ہو سکتے ہیں۔

- نیند کے مسائل۔
- موٹاپا۔
- سگریٹ اور شراب نوشی۔
- ایسی چوٹ یا ایسے آپریشن جو ان اعصاب یا خون کی ان رگوں کو متاثر کریں جو عضوتناسل میں سختی پیدا کرنے کا باعث بنتی ہیں۔
- مختلف ادویات جو ڈپریشن، الرجی، بلڈ پریشر یا پروسٹیٹ (غدود) کے علاج کے لیے استعمال ہوتی ہیں۔
- پروسٹیٹ (غدود) کا آپریشن یا کینسر کے علاج کے ضمنی اثرات۔

نفسیاتی مسائل

انسانی دماغ جنسی جذبات پیدا کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ مختلف عوامل انسان کے جذبات کو ماند کر دیتے ہیں جس کی وجہ سے عضوتناسل میں سختی پیدا ہونے کے عمل میں مسائل پیدا ہوتے ہیں، مثلاً: ڈپریشن، ذہنی دباؤ یا میاں بیوی میں ہم آہنگی اور مطابقت میں کمی۔

حکیمی اور عطائی ٹوٹکے

لوگ اس مسئلے کے علاج کے لیے مستند ڈاکٹر سے رابطہ کرنے کے بجائے اپنے طور پر ٹوٹکے کرتے رہتے ہیں یا پھر عطائیوں اور حکیموں سے رابطہ کرتے ہیں جس سے مسئلہ حل ہونے کے بجائے مزید شدت اختیار کر لیتا ہے۔ حکیم اور عطائی اس مسئلے کے علاج کے لیے مختلف طریقے استعمال کرتے ہیں جو درج ذیل ہیں:

① تیل اور مرہم

حکیم حضرات مردانہ کمزوری کے علاج کے لیے مختلف مرہم اور تیل (سانڈے کا تیل) استعمال کرواتے ہیں جس میں ایسے اجزاء شامل ہوتے ہیں جو جلد پر الرجی کا باعث ہوتے ہیں اور الرجی کی وجہ سے عضو تناسل میں وقتی طور پر سوجن اور سختی پیدا ہو جاتی ہے جس سے لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ ان کا مسئلہ حل ہو گیا ہے جبکہ یہ علاج نہیں بلکہ متعلقہ حصے میں الرجی ہوتی ہے۔ یہ الرجی اکثر اوقات بہت شدت اختیار کر لیتی ہے جس کا اگر مناسب اور فوری علاج نہ کروایا جائے تو معاملہ سنگین ہو جاتا ہے۔

② عضو تناسل کی پٹی

یہ مردانہ کمزوری کے علاج کا ایک اور طریقہ ہے۔ اس طریقۂ علاج میں ایک محلول عضو تناسل پر لگا کر اس پر پٹی باندھ دی جاتی ہے۔ یہ محلول دراصل ایک ہلکا تیزاب ہوتا ہے جس سے عضو تناسل کی اوپر کی جلد جل جاتی ہے اور کچھ عرصے بعد جب عضو تناسل پر نئی جلد آ جاتی ہے تو یہ نئی جلد چونکہ پرانی جلد کی نسبت بہتر اور سخت ہوتی ہے، اس لیے لوگ یہ سمجھتے ہیں کہ ان کی مردانہ کمزوری کا علاج ہو گیا ہے۔ اس طریقۂ علاج میں بھی مسئلہ جلد حل ہونے کے بجائے مزید سنگین ہو جاتا ہے اور شدید پیچیدگی کا باعث بنتا ہے۔

مردانہ کمزوری کا علاج

الحمدللہ اس مسئلے کا علاج موجود ہے۔ سب سے پہلے آپ کو گردوں اور مثانے کے ڈاکٹر (Urologist) یا ہارمونوں کے نظام کے ڈاکٹر (Endocrinologist) سے رابطہ کرنا چاہیے تاکہ آپ کے مسئلے کی شناخت ہو سکے اور اس کے مطابق علاج ہو سکے۔ یہ ڈاکٹر مردانہ تولیدی نظام اور مردانہ بانجھ پن کے ماہر ہوتے ہیں۔

اس مسئلے کے علاج کے لیے ایلوپیتھک ادویات مارکیٹ میں بآسانی دستیاب ہیں، لیکن یہ ادویات ڈاکٹر کے مشورے کے بغیر کبھی استعمال نہیں کرنی چاہئیں کیونکہ یہ انجائنا اور دل کے مریضوں کے لیے سختی سے ممنوع ہیں اور خطرناک ثابت ہوسکتی ہیں۔

② سرعت انزال (Premature Ejaculation)

عضو تناسل سے منی کے اخراج کو انزال کہتے ہیں۔ اور منی کے وقت سے پہلے اخراج کو سرعت انزال کہتے ہیں۔ عام طور پر 15-30 فیصد مردوں میں یہ شکایت پائی جاتی ہے۔ جماع کا عمومی دورانیہ 3 تا 7 منٹ پر مشتمل ہوتا ہے۔ لیکن اگر یہ دورانیہ 2 منٹ سے کم ہو تو ایسی صورت حال کو سرعت انزال کہتے ہیں۔

سرعت انزال عام طور پر ایک نفسیاتی مسئلہ ہے۔ یہ کوئی بیماری نہیں ہے۔ سرعت انزال کے باوجود آپ اپنی بیوی کے ساتھ ایک اچھی ازدواجی زندگی گزار سکتے ہیں۔ عورتیں عام طور پر مباشرت کے بجائے قربت کے تعلقات اور محبت کے کھیل کو زیادہ پسند کرتی ہیں، اس لیے اگر آپ کے ساتھ سرعت انزال کا مسئلہ ہے تو زیادہ تر وقت قربت اور محبت کے کھیل میں گزاریں تاکہ زیادہ دیر مباشرت کی ضرورت ہی محسوس نہ ہو۔

وجوہات

صحت کے مسائل

صحت کے مختلف مسائل، مثلاً: ذیابیطس (شوگر)، بلڈ پریشر، تھائیرائیڈ (Thyroid Gland) کے متعلق مسائل اور غدود (Prostate) کی بیماریاں سرعت انزال کا باعث ہوسکتی ہیں۔

نفسیاتی مسائل

نفسیاتی مسائل، مثلاً: ناتجربہ کاری، بہت زیادہ گرمجوشی، ڈپریشن یا ٹینشن جیسے مسائل بھی سرعت انزال کا باعث ہو سکتے ہیں۔

اقدامات

سرعت انزال کے لیے ادویات کے استعمال کے بجائے دوسرے اقدامات کرنے چاہئیں اور کسی بھی مسئلے کی صورت میں حکیموں کی بجائے ڈاکٹر سے رابطہ کرنا چاہیے کیونکہ حکیمی ادویات میں ایسے خطرناک اجزاء شامل ہوتے ہیں جو گردوں اور جگر کو متاثر کرتے ہیں۔

① غیر رومانوی سوچیں

اگر آپ اپنے آپ کو بہت زیادہ پر جوش محسوس کریں اور آپ کے ساتھ سرعت انزال کا مسئلہ ہو تو مباشرت کے دوران میں غیر رومانوی باتوں کے بارے میں سوچیں، مثلاً: کاروبار یا نوکری کے معاملات یا عمومی زندگی کے بارے میں، لیکن پریشان کن باتیں مت سوچیں۔

کونڈم پہن لیں

مباشرت سے پہلے کونڈم پہن لیں، اس سے ارتعاش (جنسی تحریک) میں کمی ہو جاتی ہے جس سے انزال نسبتاً دیر سے ہوتا ہے۔

سن کرنے والی کریم

مباشرت سے 15-20 منٹ پہلے عضو تناسل کے اگلے حصے (حشفہ) پر کوئی سی بھی

سن کرنے والی کریم لگا لیں۔ سارے عضو تناسل پر کریم لگانے سے پرہیز کریں، ورنہ آپ مباشرت نہیں کر پائیں گے۔ Lidocaine Cream or Prilocaine Cream

پوزیشن میں تبدیلی

اگر آپ انزال کے قریب ہوں تو جنسی سرگرمی (Sexual Activity) میں کمی کر لیں یا فوراً اپنی پوزیشن تبدیل کر لیں۔

کارکردگی اور کامیابی کا خوف

بہت سے مردوں میں کارکردگی کا خوف یا ٹینشن سرعت انزال کا سبب ہوتا ہے اور چند بار ایسا ہونے پر وہ ہمیشہ ہی ایسا ہونے کے خوف میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ خوف اور ٹینشن دور کرنے کے لیے آپ مباشرت سے 1-3 گھنٹے پہلے درج ذیل گولی استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ دوائی سرعت انزال کے لیے بہترین ہے۔

ایک گولی Dapoxetine 60mg۔

ورزش

سرعت انزال کے لیے درج ذیل ورزش کی جا سکتی ہے۔ اس ورزش کے ذریعے سے آپ عمومی طور پر بھی ہیجان کو کنٹرول کرنا سیکھ سکتے ہیں۔

- اس مقصد کے لیے آپ عضو تناسل کو ہاتھ سے تحریک دیں۔
- جب آپ ہیجان (Orgasm) کے قریب پہنچ جائیں تو تحریک دینا روک دیں۔
- پھر تھوڑی دیر بعد دوبارہ تحریک دیں اور اس طرح ہیجان کے قریب پہنچ کر روک دیں۔

❋ ایسا دو تین بار کریں اور آخری بار ہیجان حاصل کر لیں۔

❋ ہیجان پر کنٹرول حاصل کرنے کے لیے آپ وقتاً فوقتاً پریکٹس کرتے رہیں۔

❋ جب آپ اس ورزش پر عبور حاصل کر لیں تو یہ طریقہ مباشرت کے دوران بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

بچوں میں زیادہ نمایاں ہوتا ہے اور عام طور پر اس کی علامات ایک سال کی عمر تک واضح ہو جاتی ہیں۔

ہرنیا کا علاج

ہرنیا خود بخود کبھی ختم نہیں ہوتا بلکہ وقت کے ساتھ ساتھ دباؤ کی وجہ سے اس کے سائز میں اضافہ ہوتا رہتا ہے جو تکلیف کا باعث ہوتا ہے۔ ہرنیے کا علاج صرف آپریشن ہی ہے۔ ایک چھوٹے سے آپریشن کے ذریعے سے چھوٹی آنت کے متاثرہ حصے کو واپس اس کی جگہ پر رکھ کر پیٹ کی دیوار میں موجود سوراخ کو ٹانکے لگا کر اس پر جالی لگا دی جاتی ہے تا کہ آنت کا وہ حصہ واپس نہ آسکے۔

بواسیر (Piles)

وہ مقام جہاں مقعد اور بڑی آنت ایک دوسرے سے جڑے ہوتے ہیں وہاں موجود خون کی نالیوں میں دباؤ کی وجہ سے خون جمع ہو جاتا ہے اور یہ نالیاں سوج کر لٹک جاتی ہیں جسے بواسیر کہتے ہیں۔ اکثر اوقات یہ نالیاں رگڑ لگنے سے پھٹ جاتی ہیں اور ان سے خون بہ نکلتا ہے۔ بواسیر مقعد کے اندرونی اور بیرونی دونوں حصوں میں ہوسکتی ہے، لیکن اندرونی بواسیر زیادہ عام ہے۔ اندرونی بواسیر مقعد کے دہانے سے دو چار سنٹی میٹر اندر کی جانب ہوتی ہے جبکہ بیرونی بواسیر مقعد کے منہ پر ہوتی ہے۔

بواسیر کی علامات

- مقعد کے ارد گرد سخت ابھار ہونا۔
- پاخانہ کرنے کے باوجود پاخانے کی حاجت محسوس ہونا۔

❋ پاخانہ کرتے ہوئے رطوبت کا اخراج ہونا۔
❋ پاخانہ کرتے ہوئے تکلیف محسوس ہونا۔
❋ مقعد کے اردگرد خارش، تکلیف اور بےچینی محسوس ہونا۔
❋ خون کا اخراج ہونا۔
❋ مقعد پر سرخی یا زخم ہونا۔

بواسیر کی وجوہات

مقعد میں موجود خون کی نالیاں دباؤ کی وجہ سے پھول کر لٹک جاتی ہیں جس کی درج ذیل وجوہات ہیں:

① دائمی قبض۔
② دائمی دست (اسہال)۔
③ حمل (یہ صورت حال بچے کی پیدائش کے بعد ٹھیک ہو جاتی ہے۔)
④ بہت زیادہ وزن اٹھانا۔
⑤ پاخانہ کرتے ہوئے بہت زیادہ زور لگانا۔

مفید مشورے

❋ نیم گرم پانی میں نمک ملا کر اس سے مقعد کو اچھی طرح دھو کر نرم کپڑے سے خشک کرلیں۔
❋ اب اس پر ویسلین یا نپی ریش کریم لگائیں۔
❋ اگر آپ بواسیر کے مسوں کو محسوس کریں تو انھیں انگلی کے ساتھ نرمی سے اندر دھکیل دیں کیونکہ اگر یہ باہر رہیں گے تو آپ کے لیے زیادہ تکلیف کا باعث ہوں گے۔

❋ زیادہ پانی پئیں اور زیادہ ریشہ دار خوراک، پھل اور سبزیوں کا استعمال کریں تاکہ قبض نہ ہو سکے کیونکہ بواسیر میں قبض مسئلے کو خراب کر سکتی ہے۔قبض کے لیے آپ درج ذیل دوائی استعمال کر سکتے ہیں جو قطروں کی شکل میں ہوتی ہے:

(Conspic or Skilax)

بواسیر کا علاج

بواسیر کا علاج صرف اور صرف آپریشن ہے، لیکن لوگ عام طور پر بواسیر کے علاج کے لیے حکیموں سے رابطہ کرتے ہیں جو ایسی کریمیں اور ادویات دیتے ہیں جن سے متاثرہ حصہ سن ہو جاتا ہے اور وقتی طور پر آرام محسوس ہوتا ہے۔ ایسی ادویات کا استعمال بواسیر کا مستقل علاج نہیں ہے۔آپریشن سے بچنے کے لیے لوگ لمبے عرصے تک وقتی علاج ہی کرواتے رہتے ہیں جس کا فائدہ ہونے کے بجائے الٹا نقصان ہوتا ہے، کیونکہ وقت کے ساتھ ساتھ یہ بیماری بڑھتی ہی ہے، اس لیے بہتر ہے کہ بواسیر کا بالکل آغاز ہی میں کسی مستند ڈاکٹر سے علاج کروالیا جائے۔

پیٹ میں گیس کی شکایت اور نماز

ہوا خارج ہونے کا وہم

اکثر لوگوں کو وضو کرنے کے بعد اور نماز کے دوران میں خاص طور پر لمبی نمازوں (تراویح وغیرہ) کے دوران ہوا خارج ہونے کا وہم ہوتا ہے، اس مسئلے کا حل درج ذیل ہے:

سیدنا ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: ''جب تم میں سے کوئی اپنے پیٹ میں کچھ (ہوا وغیرہ) محسوس کرے اور اسے شبہ ہو کہ پیٹ سے کوئی چیز خارج

ہوئی ہے یا نہیں تو وہ ہرگز (وضو کرنے کے لیے) مسجد سے باہر نہ جائے، یہاں تک کہ ہوا کے خارج ہونے کی آواز سنے یا بدبو محسوس کرے۔" (صحيح مسلم، حديث: 362)

ہوا خارج ہونے پر ہنسنا

ہمارے معاشرے میں کسی کی ہوا خارج ہونے پر ہنسنے کا بہت ہی برا رواج پایا جاتا ہے، حالانکہ رسول اللہ ﷺ نے اس سے منع فرمایا ہے۔ عبداللہ بن زمعہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کو ہوا خارج ہونے پر ہنسنے کے بارے میں نصیحت فرمائی اور فرمایا کہ جو کام تم میں سے ہر شخص کرتا ہے اس پر وہ کیوں ہنستا ہے۔ (صحيح البخاري، حديث: 4942، وصحيح مسلم، حديث: 2855)

اس لیے کسی کی ہوا خارج ہونے پر اسے نظر انداز کر دینا چاہیے اور ایسا ظاہر کرنا چاہیے جیسے آپ نے ہوا خارج ہونے کی آواز سنی ہی نہ ہو۔

اگر مسلسل ہوا کا اخراج ہو

جسے مسلسل گیس کی شکایت ہو وہ معذور کے زمرے میں آتا ہے، اس لیے وہ ہر نماز کے لیے الگ وضو کرے گا، لیکن ایک وقت میں وہ جتنے فرض، نوافل یا دو نمازیں اکٹھی ملا کر پڑھنا چاہے تو اسے ایک ہی وضو کافی ہے لیکن اگلے وقت کی نماز کے لیے وہ نئے سرے سے وضو کرے گا۔

پیشاب کے قطرے (Urine Drops)

مردوں میں پیشاب کی نالی بالکل سیدھی نہیں ہوتی بلکہ انگریزی کے حرف S کی طرح ٹیڑھی ہوتی ہے۔ بعض مردوں میں یہ نالی عام مردوں کی نسبت زیادہ ٹیڑھی

ہوتی ہے جس کی وجہ سے پیشاب کرنے کے بعد کچھ قطرے پیشاب کی نالی میں باقی رہ جاتے ہیں اور کچھ دیر بعد خارج ہوتے ہیں۔ ایسا کسی بیماری کی وجہ سے نہیں ہوتا، تاہم اگر کسی مرد کو پیشاب کے قطروں کی شدید شکایت ہو اور پیشاب مثانے میں جمع ہونے کے بجائے مسلسل قطروں کی صورت میں خارج ہوتا ہو تو یہ ایک توجہ طلب امر ہے۔ ایسی صورت میں گردوں اور مثانے کے ڈاکٹر (Urologist) سے رابطہ کرنا چاہیے۔

غیر مسلسل اخراج

اگر کسی شخص کو پیشاب کے بعد قطروں کی شکایت ہو تو اسے جلدی نہیں کرنی چاہیے بلکہ قطروں کے ختم ہونے کا انتظار کرنا چاہیے۔ جب پیشاب کے قطرے رک جائیں تو شرمگاہ کو اچھی طرح سے دھو کر وضو کرنے کے بعد اپنی شلوار پر (شرمگاہ والی جگہ پر) ایک چلو پانی چھڑک لینا چاہیے کیونکہ یہ شیطانی وسوسہ بھی ہو سکتا ہے۔ شیطان ہمیشہ سے بنو آدم کے نیک اعمال (خاص طور پر نماز) کو برباد کرنے کی کوشش میں لگا رہتا ہے، اس لیے ضروری ہے کہ انسان شیطان کے حربوں سے آگاہ رہے اور اللہ تعالیٰ پر یقین رکھتے ہوئے اپنی نماز کو جاری رکھے۔ اگر قطروں کے اخراج کا 90 فیصد بھی امکان ہو تو بھی اسے شیطان کا وسوسہ سمجھتے ہوئے نظر انداز کر دینا چاہیے کیونکہ انسان جس چیز کا وہم کرتا ہے حقیقت میں ویسا ہو جاتا ہے، اس لیے جب تک قطروں کے اخراج کا سو فیصد پختہ یقین نہ ہو جائے تب تک نہ نماز چھوڑے اور نہ وضو دہرائے، جیسا کہ پیچھے حدیث میں وضاحت گزری ہے۔

بہتر ہے کہ جس شخص کو پیشاب کے بعد قطروں کی شکایت ہے وہ نماز سے پندرہ منٹ پہلے پیشاب سے فارغ ہو جائے تاکہ وقت پر وضو کر کے باجماعت نماز ادا کر سکے۔

اگر اخراج مسلسل ہو

وہ شخص جسے مسلسل پیشاب کے قطروں کی شکایت ہو اس کے لیے دو صورتیں ہو سکتی ہیں:

(i) اگر پیشاب کا اخراج مسلسل ہو رہا ہو اور ہر بار پیشاب مثانے میں جمع ہونے کی بجائے قطروں کی شکل میں خارج ہوتا ہو تو اسے چاہیے کہ اپنی شرمگاہ پر کوئی چیز رکھ لے (کپڑا رکھ لے یا انڈر ویئر پہن لے تاکہ باقی کپڑے خراب نہ ہوں) اور نماز پڑھے چاہے نماز کے دوران میں مسلسل اخراج ہو رہا ہو۔

(ii) اگر قطرے پیشاب کے دس منٹ، پندرہ منٹ یا گھنٹے بعد رک جائیں تو اسے ان قطروں کے رکنے کا انتظار کرنا چاہیے، پھر اس کے بعد وضو کرے اور نماز پڑھے چاہے قطروں کے رکنے کے انتظار میں اس کی باجماعت نماز چھوٹ جائے۔

ایسا شخص جسے مسلسل پیشاب کے قطروں کی شکایت ہو اور وہ علاج کے باوجود ٹھیک نہ ہو سکے تو اسے چاہیے کہ وہ ہر نماز کے لیے علیحدہ وضو کرے اور ہر دفعہ وضو سے پہلے اپنی شرمگاہ کو اچھی طرح دھو لے اور اگر ممکن ہو تو ہر بار صاف کپڑے پہنے، لیکن اگر وہ ایسا نہیں کر سکتا تو اسے رعایت حاصل ہے۔ ارشاد باری تعالیٰ ہے:

''اور اس نے دین میں تمھارے لیے کوئی تنگی نہیں رکھی۔'' (الحج 78:22)

نیز فرمایا:

''اللہ تعالیٰ تمھارے ساتھ آسانی کا ارادہ رکھتا ہے اور تمھارے ساتھ تنگی کا ارادہ نہیں رکھتا۔'' (البقرۃ 185:2)

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

''جب میں تمھیں کسی کام کا حکم دوں تو حسبِ استطاعت اس پر عمل کرو۔''

(صحيح البخاري، حديث : 7288)

لٰہذا ایسے شخص کو اپنے باقی جسم، کپڑوں اور نماز کی جگہ کو بچانے کے لیے احتیاط کرنی چاہیے۔

جس شخص کو مسلسل پیشاب کے قطروں کی شکایت ہو، وہ معذور کے زمرے میں آتا ہے، اس لیے وہ ہر نماز کے لیے الگ وضو کرے گا، لیکن ایک وقت میں وہ جتنے فرض، سنتیں، نوافل یا دو نمازیں ملا کر پڑھنا چاہے تو اسے ایک ہی وضو کافی ہوگا، تاہم اگلے وقت کی نماز کے لیے وہ دوبارہ وضو کرے گا۔

پیشاب کے قطروں کے لیے ورزش

پیشاب کے قطروں کے لیے ورزش مذی والے باب میں بیان کی گئی ہے۔

بلوغت کے مسائل

(باللغة الأردية)

ہمارے معاشرے میں بلوغت اور بلوغت کے دوران ہونے والی تبدیلیوں کے بارے میں بات کرنا باعث شرم سمجھا جاتا ہے، اس لیے والدین کبھی بچوں سے اس موضوع پر بات نہیں کرتے اس لیے بچے ان معاملات کے بارے میں اپنے دوستوں اور دیگر لوگوں سے ڈھکے چھپے الفاظ میں معلومات حاصل کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور عام طور پر حاصل شدہ معلومات غلط اور ادھوری ہی ہوتی ہیں۔

والدین کا کردار اس ضمن میں بہت اہم ہوتا ہے۔ والدین کو اپنی ذمہ داری معاشرے پر نہیں چھوڑنی چاہیے بلکہ بچوں کی خود ہی مناسب طور پر رہنمائی کرنی چاہیے۔ والدین کو چاہیے کہ وہ جیسے ہی بچوں میں بلوغت کے آثار دیکھیں تو وہ خود ہی انھیں مناسب وقت پر آنے والی تبدیلیوں کے بارے میں آگاہ کریں اور ان کی صحیح طریقے سے رہنمائی کریں کیونکہ والدین ہی صحیح معنوں میں اپنی اولاد کے ساتھ مخلص ہو سکتے ہیں اور بچوں کو درست معلومات فراہم کر سکتے ہیں۔

یہ کتاب والدین اور بچوں دونوں کی راہنمائی کرے گی کہ قرآن وسنت اور میڈیکل سائنس کے تناظر میں بلوغت کے مسائل سے کیسے عہدہ برآ ہوا جائے۔

9786035004046

دارالسلام
کتاب وسنت کی اشاعت کا عالمی ادارہ
DARUSSALAM